

Weekly Planning

LUNDI						MARDI			MERCREDI			JEUDI			VENDREDI			SAMEDI			DIMANCHE		
8:30																		10:30	OPEN PRACTICE	ATHLETICA RUN			
10:30	OPEN PRACTICE	OPEN PRACTICE	OPEN PRACTICE	10:15 OPEN PRACTICE	OPEN PRACTICE													11:00		Pole N.2 - Jessie			
11:30	OPEN PRACTICE	OPEN PRACTICE	OPEN PRACTICE	OPEN PRACTICE	OPEN PRACTICE													11:30	Pole N.1/2 - Caroline				
12:30	Body Sculpt - Marine	Pilates - Robinson	Buti Workout - Séverine	Pole N.2/3/4 - Caroline	Vinyasa - Ludivine													11:30	Body Sculpt - Roxane				
12:30	Pilates - Léa	Vinyasa - Deepu	Power Vinyasa - Mehdi	Pilates - Cynthia	Pilates - Prospérine													12:00		Pole N.3/4 - Jessie			
12:30	Vinyasa - Ana	Pole N.1 - Lucille	Pole N.1 - Farah	Body Sculpt - Jenny	Pole N.1 - Lucille													12:30	Power Vinyasa - Mehdi	Vinyasa - Séverine			
12:30	Pole N.1 - Lucille	12:45 Yin - Zoé	Vinyasa - Simon	Souplesse - Marine														12:30	Pilates - Roxanne				
14:00	14:30 OPEN PRACTICE	OPEN PRACTICE	OPEN PRACTICE	OPEN PRACTICE	OPEN PRACTICE													12:45	Pole N.2/3/4 - Caroline				
15:00	15:30 OPEN PRACTICE	OPEN PRACTICE	Pole & C Enfant - Farah	OPEN PRACTICE	OPEN PRACTICE													13:30		Pole N.1 - Anita			
16:00	16:30 OPEN PRACTICE	OPEN PRACTICE	OPEN PRACTICE	OPEN PRACTICE	OPEN PRACTICE													14:00	Sexy Work - Jessie				
17:00	17:30 Initiation Pole - Jamal	OPEN PRACTICE	OPEN PRACTICE	OPEN PRACTICE	OPEN PRACTICE													14:15	Flexibility - Caroline				
18:30	Pole N.1 - Jamal	Pole N.1 - Romane	Split - Séverine	Pilates Fusion - Prospérine	Souplesse - Emilie													15:00	Pole N.2/3 - Jessie	OPEN PRACTICE			
18:30	Souplesse - Caroline	Pilates Burn - Cynthia	Heels - Pauline	Pole N.2/3/4 - Lyou	Vinyasa - Deepu													15:00	Handstand - Mehdi				
18:30	Vinyasa - Deepu	Cerceau N.1 - Jamal	Vinyasa - Deepu	Vinyasa - Simon	Pole N.3/4 - Caroline													16:00		OPEN PRACTICE			
18:30					Cerceau N.1 - Clothilde													16:15	Pole Dance N.1 - Elodie				
19:30	Cerceau N.1 - Elodie	Arm Balance - Séverine	Cerceau N.1 - Jamal	Flexibility - Caroline	Cerceau N.2 - Clothilde													17:00		Body Challenge - Séverine			
19:30	Pole N.3/4 - Emilie	Pilates Fusion - Prospérine	Pilates - Prospérine	Pole N.2 - Mélisa														17:00		Pole Dance N.1 - Jamal			
19:30	Back Bend - Séverine	Sexy Work - Mélisa	Pole N.1 - Mélisa	Cerceau N.1 - Jamal	19:45 Pole N.1/2 - Caroline													17:15	Pole Dance N.1 - Elodie				
19:30		Barre Workout - Cynthia																18:00		Pole Dance N.2 - Jamal			
20:30		Pole N.2/3 - Romane	Pole N.2 - Mélisa	Cerceau N.2 - Jamal														18:15	Pole Initiation - Lucille				
20:45	Pole N.2 - Emilie			Sexy Work - Mélisa	Pole Night - Lucille													19:15	Pole Night - Lucille	Pole N.1/2 - Jamal			

