

# Planning de la salle de Monthey- Massongex

## Lundi

|                   |                     |               |
|-------------------|---------------------|---------------|
| 17:30 - 18:30     | 18:30 - 19:30       | 19:35 - 20:35 |
| <b>Hatha Yoga</b> | <b>TOUS NIVEAUX</b> | <b>FIRST</b>  |
| Candice C         | Alexandra           | Alexandra     |

## Mardi

|                 |                     |                  |
|-----------------|---------------------|------------------|
| 17:10 - 18:10   | 18:15 - 19:15       | 19:20 - 20:20    |
| <b>PRACTICE</b> | <b>TOUS NIVEAUX</b> | <b>SENSATION</b> |
| Alyssa          | Alyssa              | Patricia         |

## Mercredi

|                |
|----------------|
| 9:30 - 10:30   |
| <b>Pilates</b> |
| Janique A      |

|               |
|---------------|
| 17:00 - 18:00 |
| <b>Yoga</b>   |
| Sandrine B    |

|               |
|---------------|
| 18:00 - 19:00 |
| <b>FIRST</b>  |
| Jessica       |

|                  |
|------------------|
| 19:05 - 20:05    |
| <b>SENSATION</b> |
| Jessica          |

|                |
|----------------|
| 20:10 - 21:10  |
| <b>EMOTION</b> |
| Alexandra      |

## Jeudi

|                   |
|-------------------|
| 8:30 - 09:45      |
| <b>Hatha Yoga</b> |
| Camille M         |



|                  |
|------------------|
| 17:30 - 18:30    |
| <b>SENSATION</b> |
| Candice C        |

|                        |
|------------------------|
| 18:30 - 19:30          |
| <b>POLE DEBUTANTES</b> |
| Isabelle               |

|                  |
|------------------|
| 19:35 - 20:45    |
| <b>SOUPLESSE</b> |
| Isabelle         |

## Vendredi

**Envie de finir la semaine  
avec un apéro le 24.6 ! Isabelle finira son  
cours en beauté avec un verre de l'Amitié !**

|                        |
|------------------------|
| 19:00 - 20:00          |
| <b>RENFO/SOUPLESSE</b> |
| Isabelle               |



## Samedi

## Dimanche

|                   |
|-------------------|
| 9:45 - 10:45      |
| <b>Hatha Yoga</b> |
| Candice C         |

|               |
|---------------|
| 10:45 - 11:45 |
| <b>FIRST</b>  |
| Candice C     |

