

Planning d'été WELL - juillet

Pass d'été - accès à tout - Prix: 75€ - Inscription: assoc@well-paris.com

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
4	5	6	7	8	9	10
	10h45 - 12h00 Hatha Yoga Fabienne 📺🏠	11h30 - 12h45 Happy Fascias Virginie 📺🏠	11h00 - 12h00 Stretching Postural Christine Corday 🏠	10h30 - 11h30 Pilates ball Christine Delpiero 🏠	10h00 - 11h30 Yoga dynamique Fabienne 🏠	11h00 - 12h00 Gym-antidouleur Claudia 🏠
18h30 - 19h45 Gym douce/FDK Virginie 📺🏠	19h00 - 20h15 Gyrokinesis Marine 📺	19h30 - 20h45 Pilates flow Stefania 🏠	18h30 - 19h30 Pilates Christine Delpiero 📺		11h45 - 13h00 Pilates Stefania 📺🏠	
11	12	13	14	15	16	17
10h30 - 11h30 Gym-antidouleur Claudia 😊🏠	11h00 - 12h00 Pilates doux Christine 📺🏠	11h00 - 12h00 Gym douce Claudia 🏠	08h45 - 09h15 Yoga Pyjama Manolie 📺😊		08h45 - 09h15 Yoga Pyjama Manolie 📺😊	
19h00 - 20h00 Stretch-Band-Sculpt Christine 🏠	18h30 - 19h45 Gyrokinesis Julie 📺	19h00 - 20h15 Pilates flow Stefania 😊🏠	12h15 - 13h15 Stretching Postural Christine Corday 🏠		11h45 - 13h00 Pilates Stefania 📺🏠	
	20h00 - 21h30 Hatha Yoga Farah 📺🏠	19h00 - 20h30 Hatha Yoga Farah 📺🏠				
18	19	20	21	22	23	24
10h30 - 11h30 Qi Gong Yang 📺🏠	18h30 - 19h45 Gyrokinesis Julie 📺	19h00 - 20h15 Pilates flow Stefania 🏠	11h00 - 12h00 Stretching Postural Christine Corday 🏠	11h00 - 12h00 Pilates ball Christine 🏠	08h45 - 09h15 Yoga Pyjama Manolie 📺😊	
19h00 - 20h00 Stretching Postural Isabelle 📺🏠	20h00 - 21h30 Hatha Yoga Farah 📺🏠	19h00 - 20h30 Hatha Yoga Farah 📺🏠	18h30 - 19h30 Pilates Christine 📺🏠	18h30 - 19h30 Stretch-Band-Sculpt Christine 🏠	11h00 - 12h00 Routine-antidouleur Claudia 📺	
25	26	27	28	29	30	31
10h30 - 11h30 Qi Gong Yang 📺🏠		10h30 - 11h45 Gym spécial nuque Virginie 📺🏠	10h00 - 11h00 Assouplissement Fany 📺		11h00 - 12h00 Pilates Christine 📺🏠	11h00 - 12h00 Routine-antidouleur Claudia 📺
19h00 - 20h00 Stretching fonctionnel Virginie 📺🏠	18h30 - 19h45 Gyrokinesis Julie 📺	19h00 - 20h15 Pilates flow Stefania 😊🏠	12h15 - 13h15 Stretching Postural Christine Corday 🏠		16h00 - 18h00 Atelier Corps'esprit'âme Christine 📺😊🏠	
			19h00 - 20h15 Happy Fascias Virginie 📺🏠			

Planning d'été WELL - août

Pass d'été - accès à tout - Prix: 75€ - Inscription: assoc@well-paris.com

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
1	2	3	4	5	6	7
10h30 - 11h30 Qi Gong Yang 📺🏠	11h00 - 12h00 Pilates doux Christine 📺🏠	10h30 - 11h45 Gym spécial dos Virginie 📺🏠	10h00 - 11h00 Assouplissement Fany 📺 12h15 - 13h15 Stretching Postural Christine Corday 🏠	11h00 - 12h00 Gym-antidouleur Claudia 🏠	10h30 - 11h45 Yoga dynamique Christine 🏠	10h30 - 12h30 Atelier de Yoga 'Postures d'équilibre' Farah 🏠
19h00 - 20h15 Stretching fonctionnel Virginie 📺🏠	18h30 - 19h45 Gyrokinesis Julie 📺	19h00 - 20h15 😊 Happy Fascias Virginie 📺🏠	19h00 - 20h15 Yoga Exploration Diane 📺			
8	9	10	11	12	13	14
10h30 - 11h30 Qi Gong Yang 📺🏠	11h00 - 12h00 Pilates doux Christine 📺🏠 18h30 - 19h45 Gyrokinesis Julie 📺	10h30 - 11h45 Gym spécial hanche Virginie 📺🏠 19h00 - 20h30 Hatha Yoga Farah 🏠	11h00 - 12h00 Stretching Postural Christine Corday 🏠 18h30 - 19h30 Pilates Christine 🏠 19h00 - 20h15 Yoga Restauratif Diane 📺🧘🙌		11h00 - 12h00 Pilates ball Christine 🏠	
19h00 - 20h15 Stretching fonctionnel Virginie 📺🏠	20h00 - 21h30 Hatha Yoga Farah 📺🏠	19h00 - 20h15 Happy Fascias Virginie 📺🏠				
15	16	17	18	19	20	21
10h30 - 11h30 Qi Gong Yang 📺🏠	11h00 - 12h00 Pilates ball Christine 🏠				10h30 - 12h30 Atelier de Yoga YinYoga & Méditation Farah 🏠	
18h30 - 19h30 Pilates Christine 📺🏠	18h30 - 19h45 Gyrokinesis Julie 📺		19h00 - 20h15 Yoga Exploration Diane 📺			
22	23	24	25	26	27	28
10h30 - 11h30 Qi Gong Yang 📺🏠		10h00 - 11h00 Assouplissement Fany 📺	11h00 - 12h00 Stretching Postural Christine Corday 🏠		11h00 - 12h00 Routine-antidouleur Claudia 📺	08h45 - 09h15 🍷😊 Yoga Pyjama Manolie 📺
	18h30 - 19h45 Gyrokinesis Julie 📺		19h00 - 20h15 🧘🙌 Yoga Restauratif Diane 📺			