

# A'CORPS STUDIO

PLANNING RENTRÉE 2022-2023

LUN.

MAR.

MER.

JEU.

VEN.

**09H00**

PILATES

**09H00**

SEMI SMALL  
WALL UNIT

**09H00**

HAMAC FLY  
PILATES

**09H00**

BIKE

**10H00**

YIN YOGA &  
MÉDITATION

**10H00**

PILATES

**12H30**

PILATES

**12H30**

YIN & YANG  
YOGA

**12H30**

POWER  
PILATES FLOW

**12H30**

YOGA

**12H30**

YOGALATES

**17H15**

TRX  
SUSPENSION  
PILATES

**17H15**

HAMAC FLY  
YIN YOGA

**17H15**

WALL UNIT

**17H15**

PILATES

**18H30**

PILATES  
FLOW

**18H30**

PILATES  
DÉBUTANT

**18H30**

BIKE

**18H30**

YOGA &  
MÉDITATION

**19H15**

RUN YOGA

**19H15**

YOGALATES

**19H15**

TRX YOGA

\*Marches nordiques et ateliers (voir site ou newsletters)

\*\* Le planning est susceptible de changer