

PLANNING

du mois DE JUIN



HÔTEL DES TROIS COURONNES
&
DESTINATION SPA

	MONDAY LUNDI	TUESDAY MARDI	WEDNESDAY MERCREDI	THURSDAY JEUDI	FRIDAY VENDREDI	SATURDAY SAMEDI
MATIN		9H00 Barre — Laura		9H00-10H30 Yoga — Gabrielle	9h00 Yoga Kundalini — Alessandra	10H15 Body Sculpt — Myriam 06/06
		11H00 Barre — Laura				10H15 Yoga — Aurélie 13/06
MIDI	12H15 Aquafitness — Myriam	12H15 Functionnal Training / Body Sculpt — Myriam		12H15 Circuit Training — Djibril	12H15 Pilates Mat Bosu — Myriam	10H15 Functionnal Training — Myriam 20/06
APRES-MIDI			14H15 Stretching — Myriam		14H15 Pilates Mat Bosu — Myriam	10H15 Pilates Mat — Myriam 27/06
	18H30 Yoga — Shanon		18H00 Taiji Quan — Françoise			



PURESSENS SPA

Durée des cours: 50min (classes time)

Yoga du jeudi: 90 minutes (Thursday classes, Yoga)

Les jours fériés, les cours ne sont pas assurés. (No classes on bank holidays)

En cas de doute, veuillez appeler la réception du PuresSENS Spa au numéro suivant: 320

(If any doubts, please contact the PuresSENS Spa Reception at the following number: 320)

Baromètre d'intensité:

