

PLANNING

du mois D'AOUT



HÔTEL DES TROIS COURONNES
&
DESTINATION SPA

	MONDAY LUNDI	TUESDAY MARDI	WEDNESDAY MERCREDI	THURSDAY JEUDI	FRIDAY VENDREDI	SATURDAY SAMEDI
MATIN				9H00-10H30 Yoga Gabrielle		Féié pas de cours 01/08
	10h00 Barre Svitlana					10H15 Yoga Aurélie 08/08
MIDI	12H15 Aquafitness Rachid	12H15 Functionnal Training / Body Sculpt Rachid / Djibril		12H15 Circuit Training Djibril	12H15 Yogalates Katya	10H15 Body Sculpt Rachid 15/08
APRES-MIDI			14H15 Stretching Svitlana			10H15 Stretching Aurélie 22/08
	18H30 Yoga Aurélie		18H00 Taiji Quan Françoise			10H15 Yoga Aurélie 29/08



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:

