

# Planning 2024

## STUDIO' M

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
8h00						
9h00	8h30 <b>PILATES SCULPT</b> Méryl			8h30 <b>PILATES</b> Méryl		8h30 <b>PILATES</b> Méryl
10h00	9h30 <b>STRETCHING</b> Méryl			9h30 <b>STRETCHING</b> Méryl		9h30 <b>STRETCHING</b> Méryl
11h00	10h30 <b>YOGA POSTNATAL</b> Méryl			10h30 <b>YOGA PRÉNATAL</b> Méryl		
12h00						
13h00	12h30 <b>STRETCHING</b> Méryl	12h30 <b>PILATES SCULPT</b> Méryl	12h30 <b>YIN YOGA</b> Rachel	12h30 <b>PILATES</b> Méryl		
14h00						
15h00						
16h00						
17h00	17h00 <b>STRETCHING</b> Méryl	17h30 <b>HATHA YOGA</b> Rachel	17h00 <b>YOGA PRÉNATAL</b> Méryl	17h00 <b>PILATES SCULPT</b> Méryl		
18h00	18h00 <b>PILATES</b> Méryl	18h30 <b>YIN YOGA</b> Rachel	18h00 <b>CIRCUIT TRAINING</b> Méryl	18h00 <b>STRETCHING</b> Méryl		
19h00	19h00 <b>TRAINING TRX</b> Méryl	19h30 <b>YOGA VINYASA</b> Rachel	19h00 <b>HATHA YOGA</b> Méryl	19h00 <b>PILATES SCULPT</b> Méryl		

### CONTACTS et INFORMATIONS PRATIQUES



06 92 447 497



STUDIOM974



STUDIOM

<https://www.studio-m.re>