

PLANNING 2024 - 2025 / STUDIO LYON CROIX-ROUSSE

1 unite / crédit
 2 unités / crédit
 3 unités / crédit

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	SAMEDI	DIMANCHE
					10:30 (90 MIN) INTER / AVANCÉ	10:30 (90 MIN) SOUPLESSE
12:00 (90 MIN) TOUS NIVEAUX		12:15 (45 MIN) STRETCHING		12:15 (45 MIN) RENFO	12:00 (60 MIN) SOUPL. JAMBES	11:30 (90 MIN) TOUS NIVEAUX
		13:00 (60 MIN) TECHNIQUE		13:00 (60 MIN) TECHNIQUE	13:00 (60 MIN) SOUPLESSE DOS	13:00 (90 MIN) DÉBUTANT
13:30 - 18H30 PRACTICE		14:30 - 15H45 NOVICE (10-13)		14:00 - 15H30 PRACTICE	14:00 - 15H30 PRACTICE	STAGES ÉVÈNEMENTS PRIVÉS
		16:00 - 17H15 JUNIOR (14-17)			STAGES ÉVÈNEMENTS PRIVÉS	
18:30 (90 MIN) AVANCÉ 100% SPINNING	18:30 (90 MIN) AVANCÉ 100% STATIC	18:30 (90 MIN) DEB. CONFIRMÉ	18:30 (90 MIN) DEBUTANT	18:30 (90 MIN) EXOTIC		
20:00 (90 MIN) DÉBUTANT	20:00 (90 MIN) INTER	20:00 (90 MIN) PROFESIONAL	20:00 (90 MIN) INTER CONFIRMÉ	20:00 (90 MIN) INTER / DEB. CONFIRMÉ		