



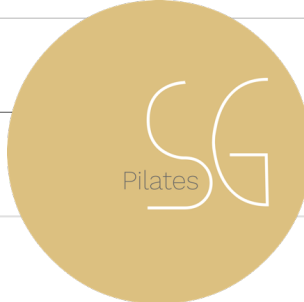





# PLANNING GAIA Studio PILATES

| LUNDI   | MARDI  | MERCREDI  | JEUDI   | VENDEDI  | SAMEDI  |
|---|--|---|---|--|---|
| 9h Cours en ligne<br>Emmanuelle                        | 9h SENIOR<br>Emmanuelle  |   | 9h SENIOR<br>Emmanuelle   | 10h COURS INDIVIDUEL<br>(60€ ou 3 séances décomptées sur votre forfait)<br>Marine                                  | Calendrier des samedis sur<br>decipus et sur le site  |
| 10h REFORMER (I)<br>Emmanuelle  | 10h SENIOR<br>Emmanuelle   | 10h WALL UNIT Pour tous.<br>Emmanuelle  | 10h SENIOR<br>Emmanuelle  | 10h WALL UNIT Pour tous.<br>Emmanuelle   | 10h à 12h BODYFLY (I&A)   |
| 11h15 TAPIS (A)<br>Emmanuelle   | 11h15 PRENATAL<br>Emmanuelle  |   |   | 11h15 TAPIS + REFORMER<br>Pour tous.<br>Marine   | 10h REFORMER Pour tous  |
| 12h30 REFORMER (D)<br>Alexandra   | 11h15 COURS INDIVIDUEL<br>(60€ ou 3 séances décomptées sur votre forfait)<br>Marine                            |   |   | 11h15 POST-NATAL<br>Emmanuelle  | 11h TAPIS Pour tous   |
| 12h30 TAPIS (D)<br>Christine  | 12h30 REFORMER (I)<br>Marine   | 12h30 REFORMER (D)<br>Christine   | 12h30 REFORMER (I)<br>Alexandra   | 12h30 WALL UNIT Pour tous.<br>Marine   | 12h10 WALL UNIT Pour tous   |
| 12h30 TAPIS (I&A)<br>Emmanuelle   | 12h30 TAPIS (A)<br>Emmanuelle  | 12h30 TAPIS Pour tous.<br>Emmanuelle  | 12h30 TAPIS Pour tous.<br>Emmanuelle  | 12h30 TAPIS (I)<br>Emmanuelle  |   |
| 18h BODYFLY (D)<br>Alexandra  | 12h30 WALL UNIT<br>Pour tous.<br>Christine   |   |   |  | Suivez-nous sur Instagram<br>@gaiastudiopilates   |
| 18h30 WALL UNIT Pour tous<br>Marine   |  | 17h30 COURS INDIVIDUEL<br>(60€ ou 3 séances décomptées sur votre forfait)<br>Marine |   |  |   |
| 19h TAPIS (I)<br>Alexandra  | 18h COURS INDIVIDUEL<br>(60€ ou 3 séances décomptées sur votre forfait)<br>Emmanuelle                          | 18h REFORMER (I)<br>Emmanuelle  |   |                                | <b>STAGES</b>   |
| 19h Cours en ligne<br>« Maux divers »<br>Emmanuelle  | 18h30 REFORMER (D)<br>Marine   | 18h30 TAPIS (D)<br>Marine   | 18h TAPIS « Maux divers »<br>Emmanuelle   |  | <b>BODYFLY</b><br>1 Samedi par mois de 10h à<br>12h avec Alexandra  |
| 19h30 REFORMER (I)<br>Marine  | 19h TAPIS (I)<br>Emmanuelle  | 19h TAPIS (A)<br>Emmanuelle (Petite salle)  | 19h Cours en ligne<br>Christine  |  | <b>STAGES EN FRANCE &amp; À<br/>L'ÉTRANGER</b><br>avec Christine. Consultez le site<br><a href="http://gympilates-bordeaux.fr">gympilates-bordeaux.fr</a> |
| 20h BODYFLY (I&A)<br>Alexandra  | 19h30 TAPIS (D)<br>Marine (Petite salle)   | 19h30 REFORMER (D)<br>Marine  |   |  |   |
| 20h Cours en ligne<br>« PRENATAL »<br>Emmanuelle     | 20h TAPIS (I&A)<br>Emmanuelle  | 20h TAPIS (I)<br>Emmanuelle   |   |  | <b>COURS INDIVIDUELS</b><br>Afin d'améliorer votre pratique,<br>pensez aux cours particuliers.  |

(D) Débutant (I) Intermédiaire (A) Avancé (I&A) Intermédiaire/Avancé  Cours en ligne avec zoom