

DANSE - GYM - SPORT AÉRIEN

LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI		SAMEDI	
Choco	Milk	Choco	Milk	Choco	Milk	Choco	Milk	Choco	Milk	Choco	Milk
16h30-17h50 Guy YOGA MÉDITATION	9h30-11h Michel TAÏCHI QIGONG								15h30-17h Michel TAÏCHI QIGONG	10h-11h30 Élisa Hamac- Cerceau Junior-Avancé	
		17h30-19h00 Monique		17h30-19h Rabbit	17h45-18h30 Thierry		17h15-19h15 Monique		17h30-18h30 Monique		
18h-19h Alison TWERK	18h-19h Monique YOGA STRETCH	Pole Dance Junior-Avancé	18h-19h30 Yva TAHITIENNE	Afro HipHop Junior-Avancé	STEP TRAINING	18h15-19h15 Lesty	Barre au sol Classique Contemporain Junior-Avancé	18h30-19h30 Shadow	GYM BALLON		
19h-20h15 Noémie	19h-20h30 Alexandra	19h-20h Cyrille AFRO HOUSE/ AFROBEAT		19h-20h15 Catherine	18h30-19h15 Thierry	Soca		HIPHOP	BARRE AU SOL		
					19h15 Installation						
20h15 Installation			19h30-20h45 Alison	BÈLÈ	19h30-20h30 Élisa	19h15-20h15 Shadow NEW STYLE	19h15-20h15 Monique	19h30-20h30 Dhq Doudou AFRO/ DANCEHALL	18h30-19h30 Monique	19h30-20h30 Monique	19h30-20h30 Monique
20h30-22h00 Lilo	20h30-21h30 Patricia	20h-21h30 Saba	FLOOR- WORK	20h15 Installation	ACRO CERCEAU	20h15 Installation	PILATES		JAZZ Déb./Inter	Pole Dance Junior-Avancé	
POLE DANCE Intermé- Avancé	AFRO BRASIL	ORIENTALE	*20h45-22h15 Marion	20h30-22h Dadou	20h30-21h30 Élisa	20h30-22h Monique	*20h15-21h45 Marion	20h30-22h Dhq Doudou DANCEHALL GYAL Déb./Inter Avancé ↓ ↓ 21h30 22h	19h30-20h30 Alexandra	19h30-20h30 Alexandra	19h30-20h30 Alexandra
			HEELS	POLE DANCE Débutant- Intermédiaire	ACRO HAMAC 21h30 Démontage	POLE DANCE Débutant- intermédiaire	HEELS		CONTEM- PORAIN	POLE DANCE Libre 5€/non adhérent	20h30-22h Monique
											20h30-22h Élisa ACRO CERCEAU/ HAMAC Libre 5€/non adhérent

Ce planning est susceptible de modifications // // // Tous les cours se font sur **RÉSERVATION** via l'application mobile **Xplor ACTIVE** (code centre : polform972)

LÉGENDE	Gym & Sport aérien	Danse	Pole Dance	• Une seule discipline, sur les 2 proposées, au choix	Milk : Studio à l'étage	Choco : Studio au rez-de-chaussée
---------	--------------------	-------	------------	---	-------------------------	-----------------------------------

FERMETURES : JOURS CHOMÉS – SAINTS – FÉRIÉS - **Noël** : Du lundi 22 déc. au dimanche 04 janv. inclus - **Carnaval** : Du lundi gras au dimanche - **Congé Annuel** : DU 1^{er} JUILLET AU 31 AOÛT

☎ 0596 60 47 98 ☎ 06 96 849 858 📍 Hauts Californie – Bat. A13-14 - 97232 LE LAMENTIN / Siret : 753 900 695 000 10 - NAF 9311Z
✉ polform972@gmail.com Site Internet : polform-espacedd.com Billetterie en ligne : caraibepass.com FACEBOOK : PolForm Sport