Pole DANCE GRENOBLE

PLANNING DE L'ÉCOLE DE SAINT MARTIN D'HÈRES

(14A RUE MAYENCIN)
VALABLE DÈS LE 5 SEPTEMBRE 2016

	LUNDI	MARDI	MERCREDI		JEUDI	VENDREDI
9H30	***POLE TOUS NIVEAUX*** (ACCESSIBLE AUX DÉBUTANTS)					
10H30	CERCEAU & AERIAL FIT					
		12h30 ***POLE TOUS NIVEAUX*** (ACCESSIBLE AUX DÉBUTANTS)	***14h30*** POLE ENFANTS // ADOS			
17H30		POLE ENFANTS // ADOS				
18H30	**POLE** INTER	POLE DÉBUTANT	POLE DÉBUTANT	19H00 CERCEAU	POWER POLE (COURS MIXTE, POUR HOMMES ET FEMMES)	POLE DÉBUTANT
19H45	AERIAL FIT	**POLE** INTER + // AVANCÉ	POLE DÉBUTANT	20H15 STRETCHING & CONTORSION	**POLE** INTER	POLE DÉBUTANT
21H	POLE DÉBUTANT / INTER					