

DES RACINES ET DES AILES

PROGRAMME DES LE 26 AVRIL 2021

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
	08h00 Coaching		09h00 Circuit training 10h15 Circuit Training	09h00 Circuit training 10h15 Circuit training	09h00 Coaching 10h00 Coaching 11h00 Coaching
	14h00 Coaching 15h00 Coaching	14h00 Circuit training	14h00 Coaching 15h00 Coaching 16h00 Coaching 17h00 Coaching	14h00 NRJ Walking 16h00 Coaching	
17h00 Elastonic 18h00 Elastonic	17h00 NRJ Walking	16h00 Coaching 18h30 NRJ Walking			

Privé/Mi-privé

Gletterens maison (Route de la Ria 27) ou dans la nature (départ: Parc de Volg, Gletterens)

Gletterens maison (Route de la Ria 27)

Osons Pilates, Payerne

Parc de Volg, Gletterens

Départ : Parc Estivale, Estavayer



20.- la séance ou abo à tarif préférentiel

Inscription obligatoire: Sylvie Ansermet (079/787.69.08) - Annulation minimum 24 heures à l'avance

www.des-racines-et-des-ailes.ch