



Hôtel du Couvent

Nice, France

MOVEMENT STUDIO*

(Les cours sont inclus dans votre séjour et durent 60 minutes chacun)

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
7h30	Vinyasa Yoga			Hatha Flow			
8h30			Yin Yoga		Functionnal Training		
9h		Vinyasa Yoga				Animal Flow	Vinyasa Yoga
9h30							
10h15		Barre au sol			Pilates	Fit Ballet Barre	Pilates
11h30							
12h30				Ballet Barre Yoga			
15h							
17h							
18h	Pilates	Functionnal Training	Animal Flow	Yoga Dynamique			
19h15					Mobility & Stretching		

*Horaire type susceptible d'être modifié