



# PLANNING SAISON 2022-2023

LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI		SAMEDI		DIMANCHE	
Salle 1	Salle 2	Salle 1	Salle 2	Salle 1	Salle 2	Salle 1	Salle 2	Salle 1	Salle 2	Salle 1	Salle 2	Salle 1	Salle 2
	Yoga Vinyasa 10h00-11h00		Yoga Vinyasa 10h00-11h00 CHAIR 2 11h00-12h15	Pole Art 1 10h00-11h30 Souplesse 11h30-12h30			Pole Renfo 11h00-12h00			Barre à Terre 10h30-11h30	CHAIR 1 11h00-12h15	POLE 1 11h00-12h30	Practice 10h30-11h30
POLE 2 & 3 11h00-12h30 POLE 1 12h30-13h30	CHAIR 1 12h30-13h30	Exotic Pole 12h30-13h30		POLE 2 & 3 12h30-13h30	HOOP 1 12h30-13h30	POLE TS NX 12h30-13h30		Pole Renfo 12h30-13h30		Contem'Pole 12h30-14h00	HOOP 1 12h30-14h00	Souplesse 12h30-13h30 POLE TS NX 13h30-15h00	Practice 11h30-12h30 Practice 13h30-14h30
				POLE KIDS 14h00-15h00									
			POLE ADOS 17h30-18h30 CHAIR 2	POLE 1 18h00-19h00 Exotic Pole Niv 1 & 2 19h00-20h30 POLE 3 20h30-22h00	HOOP TS NX 18h00-19h00 HOOP 3 19h00-20h30 HOOP 1 20h30-22h00	Sexy Chorée 18h00-19h30 POLE 2-3 19h30-21h00 POLE 1 21h00-22h00	Accro Chair 18h00-19h00 CHAIR 1 19h15-20h30	Pole Ballet 18h00-19h00 POLE 2 19h00-20h30 POLE 1 20h30-22h00	Renfo Souplesse 18h00-19h00				
Renfo Souplesse 18h00-19h00 POLE 1 19h00-20h00 POLE 3 & 4 20h00-21h30	Flexy Hamac 18h00-19h00 HOOP 1 19h00-20h30 HOOP 2 20h30-22h00	Exotic Pole Niv 2 & + 18h00-19h30 POLE 1 19h00-20h00 POLE 2 20h30-22h00											
										EDVJF / ANNIVERSAIRES STAGES / ATELIERS			STAGES / ATELIERS

Planning prévisionnel pouvant être modifié à n'importe quel moment de l'année

Cours de Pole Dance  
Cours de Chair Dance/Cerceau Aérien/Yoga

Entraînement libre (practice)  
Cours chorégraphique  
Cours technique