

PLANNING

du mois JUILLET 2024



HÔTEL DES TROIS COURONNES
&
DESTINATION SPA

	MONDAY LUNDI	TUESDAY MARDI	WEDNESDAY MERCREDI	THURSDAY JEUDI	FRIDAY VENDREDI	SATURDAY SAMEDI
MATIN				9H00-10H30 Yoga Gabrielle		10H15 Yoga Kim 06/07
						10H15 Yoga Gabrielle 13/07
MIDI	12H15 Aquafitness Myriam	12H15 Functional Training Myriam		12H30 Circuit Training Djibril	12H15 Pilates Mat Myriam	10H15 Circuit Training Djibril 20/07
APRES-MIDI			14H15 Stretching & Posture Myriam		14H15 Pilates Mat Myriam	10H15 Functional Training Myriam 27/07
	18H30 Yoga Shanon		18H30 Yoga Kim			



PURESSENS SPA

Durée des cours: 50min (classes time)

Yoga du jeudi: 90 minutes (Thursday classes, Yoga)

Les jours fériés, les cours ne sont pas assurés. (No classes on bank holidays)

En cas de doute, veuillez appeler la réception du PuresSENS Spa au numéro suivant: 320

(If any doubts, please contact the PuresSENS Spa Reception at the following number: 320)

Baromètre d'intensité:

