

	LUNDI			MARDI			MERCREDI			JEUDI			VENDREDI			SAMEDI		DIMANCHE		
	Salle Pole	Salle Adriens	Aerial MVMt	Salle Pole	Salle Adriens	Salle Pole	Salle Adriens	Aerial MVMt	Salle Pole	Salle Adriens	Aerial MVMt	Salle Pole	Salle Adriens	Aerial MVMt	Salle Pole	Salle Adriens	Salle Pole	Salle Adriens		
9																				
10											10h00-11h00 Pole Dance Débutant 1 Jessica				10h00-11h15 Pole Dance Débutant 1 Valéria	Open Training Pole/Tissu/Cerceau				
11																	11h00-12h15 Pole Dance Débutant 1 & 2 Elena	Open Training Pole/Tissu/Cerceau		
12	12h15-13h15 Pilates Mat Stephen	12h15-13h15 Cirque Aérien Débutant Tissu/Cerceau/ Trappe/Hammock Alexane		12h15-13h30 Pole Dance Débutant 2 Alisa	12h15-13h15 Cirque Aérien Débutant Tissu/Cerceau/ Trappe/Hammock Miria	12h15-13h30 Pole Dance Inter Alisa	12h15-13h15 Yoga Vinyasa Jessica	12h15-13h05 Pilates Reformer* Elenora				12h30-13h30 Barre au Sol Lola		12h15-13h15 Assouplissement Tous Niveaux Lionelle	12h15-13h05 Pilates Reformer* Marie-Caroline	12h15-13h15 Pole Choré Tous Niveaux Valéria	Open Training Pole/Tissu/Cerceau	Open Training Pole	12h15-13h15 Assouplissement Tous Niveaux Elena	
13				13h30-14h30 Pole Dance Débutant 1 Alisa		13h30-14h30 Pole Kids & Ados 10-15 ans Alisa						13h30-14h30 Pole Dance Débutant 1 Valéria					Stages/Workshops	Stages/Workshops	Stages/Workshops	Stages/Workshops
14						14h30-15h45 Pole Dance Débutant 2 Laura	14h30-15h15 Cirque Aérien Kids 7-11 ans Alexane													
15																				
16	16h00-17h00 Pole Dance Réservé UniGe Tamara			16h30-17h30 Pole Dance Réservé UniGe Elena		16h00-17h00 Cirque Aérien Ados 12-15 ans Valéria & Laura	16h00-17h00 Cirque Aérien Ados 12-15 ans Valéria & Laura					16h15-17h15 Pole Dance Réservé UniGe Valéria	16h45-17h30 Cirque Aérien Kids 7-11 ans Alexane							
17	17h00-18h15 Pole Dance Inter & + MC	17h00-18h00 Cerceau Aérien Réservé UniGe Alexane		17h30-18h45 Pole Dance Débutant 1 Maria Julia	18h00-19h00 Assouplissement Tous Niveaux Laura	17h00-18h00 Pole Choré Tous Niveaux Valéria	17h00-17h45 Cirque Aérien Kids 4-6 ans Alexane					17h15-18h30 Pole Dance Débutant 1 & 2 Valéria	17h30-18h30 Tissu Aérien Débutant 1/2 Alexane							
18	18h15-19h30 Pole Dance Débutant 2 Gaëlle F.	18h00-19h00 Cirque Aérien Débutant Tissu/Cerceau/ Trappe/Hammock Alexane	18h15-19h05 Pilates Reformer* MC	18h45-20h00 Pole Dance Débutant 2 Maria Julia	19h00-20h00 Assouplissement Tous Niveaux Laura	18h00-19h00 Assouplissement Tous Niveaux Valéria	18h00-19h00 Yoga Aérien Tous Niveaux Alexane					17h45-18h30 Pilates Reformer* Alisa		18h00-19h15 Pole Dance Débutant 1 & 2 Elena	18h15-19h15 Assouplissement Tous Niveaux Alisa	17h30-18h20 Pilates Reformer* Stephen				
19	19h30-20h45 Pole Dance Débutant 1 Gaëlle F.	19h00-20h00 Tissu Aérien Débutant 1/2 Luz	19h10-20h00 Pilates Reformer* Manall			19h00-20h15 Pole Dance Débutant 1 Elena	19h00-20h00 Cerceau Aérien Déb. 1 & 2 Alexane													
20		20h00-21h00 Tissu Aérien Débutant 2/inter Luz			20h00-21h00 Cerceau Aérien Inter Laura	20h15-21h15 Initiation à la Pole Dance Tamara	20h00-21h00 Hammock Tous Niveaux Alexane							19h30-20h30 Equilibres & Gym Tous Niveaux Alexane						
21																				
45	* Nous proposons d'autres cours de Pilates Reformer avec Aerial MVMt consultez le site de notre studio partenaire <a href="http://www.aerialmvmmt.ch">www.aerialmvmmt.ch</a>																			