

# Planning SEPTEMBRE 2017

Tous les cours ont lieu dans les locaux de Delph Coach sportif à Crespian, entrée RD6110

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
4	5	6	7	8	9
	12h à 20h Reflexologie plantaire <u>sur rdv</u>		18h à 20h15 Pilates - stretch	14h15 à 16h30 stretch-Pilates 10h à 20h massage bien être - réharmonisation énergétique avec Nathalie sur rdv	10h à 20h massage bien être - réharmonisation énergétique avec Nathalie sur rdv
11	12	13	14	15	16
9h15 à 11h30 Pilates-strech 14h15 à 16h30 Pilates-abdo	9h15 à 11h30 Pilates-abdo  12h à 20h Reflexologie plantaire <u>sur rdv</u>	9h15 à 10h30 Pilates <del>10h à 11h30</del> abdo—stretch  19h à 20h Pilates	18h à 20h15 Pilates - stretch	14h15 à 16h30 stretch-Pilates	
18	19	20	21	22	23
9h15 à 11h30 Pilates-strech 14h15 à 16h30 Pilates-abdo	9h15 à 11h30 Pilates-abdo  12h à 20h Reflexologie plantaire <u>sur rdv</u>	9h15 à 11h30 Pilates - abdo - stretch  19h à 20h Pilates	18h à 20h15 Pilates - stretch	14h15 à 16h30 stretch-Pilates	
25	26	27	28	29	30
9h15 à 11h30 Pilates-strech 14h15 à 16h30 Pilates-abdo	9h15 à 11h30 Pilates-abdo  12h à 20h Reflexologie plantaire <u>sur rdv</u>	9h15 à 11h30 Pilates - abdo - stretch  19h à 20h Pilates	18h à 20h15 Pilates - stretch	14h15 à 16h30 stretch-Pilates	

PENSEZ A PRENDRE RDV

**RDV massage assis Amma, plate forme vibrante avec Delph Coach Sportif 06 14 70 63 59**

**RDV Reflexologie plantaire avec Muriel 06 88 86 52 70**

**RDV massage bien être et réharmonisation énergétique  
avec Nathalie 06 24 13 18 94**