

Jours	Studio	DISCIPLINES																			
<b>LUNDI</b>	<i>Extérieur</i>		18h-19h <b>YOGA STRETCH</b>																		
	<i>Milk</i>	9h30-11h <b>TAICHI QIGONG</b>	18h-19h <b>FULL BODY</b>	19h-20h30 <b>JAZZ</b>																	
	<i>Choco</i>	17h-18h30 (salle vanille) <b>YOGA MÉDITATION</b>	18h-19h <b>RAFFERMIR-SÉCHER</b>	19h-20h <b>PILATES</b>	20h15-21h45 <b>POLE DANCE</b> 1,2																
<b>MARDI</b>	<i>Extérieur</i>		17h30-18h30 <b>AFROBEAT</b>	18h30-19h30 <b>DANCEHALL</b>																	
	<i>Milk</i>	<table border="1"> <tr><td colspan="2"><b>Légende</b></td></tr> <tr><td><span style="background-color: yellow;"> </span></td><td>Formule gym</td></tr> <tr><td><span style="background-color: lightblue;"> </span></td><td>Formule danse</td></tr> <tr><td><span style="background-color: lightgreen;"> </span></td><td>Formule pole dance</td></tr> <tr><td><span style="background-color: lightpurple;"> </span></td><td>Formule Énergie Zen</td></tr> <tr><td><span style="background-color: lightorange;"> </span></td><td>Salle Milk</td></tr> <tr><td><span style="background-color: lightpink;"> </span></td><td>Salle Choco</td></tr> <tr><td><span style="background-color: lightyellow;"> </span></td><td>Extérieur</td></tr> </table>	<b>Légende</b>		<span style="background-color: yellow;"> </span>	Formule gym	<span style="background-color: lightblue;"> </span>	Formule danse	<span style="background-color: lightgreen;"> </span>	Formule pole dance	<span style="background-color: lightpurple;"> </span>	Formule Énergie Zen	<span style="background-color: lightorange;"> </span>	Salle Milk	<span style="background-color: lightpink;"> </span>	Salle Choco	<span style="background-color: lightyellow;"> </span>	Extérieur	18h30-19h30 <b>BARRE AU SOL</b>	19h30-20h30 <b>DANSE CONTEMPORAINE</b>	20h30-21h30 <b>ATELIER CRÉATION</b>
	<b>Légende</b>																				
<span style="background-color: yellow;"> </span>	Formule gym																				
<span style="background-color: lightblue;"> </span>	Formule danse																				
<span style="background-color: lightgreen;"> </span>	Formule pole dance																				
<span style="background-color: lightpurple;"> </span>	Formule Énergie Zen																				
<span style="background-color: lightorange;"> </span>	Salle Milk																				
<span style="background-color: lightpink;"> </span>	Salle Choco																				
<span style="background-color: lightyellow;"> </span>	Extérieur																				
<i>Choco</i>	18h-19h <b>STOP-KILOS</b>	19h15-20h15 <b>ACCRO HAMAC</b>	20h30-21h30 <b>TALON WO</b>																		
<b>MERCREDI</b>	<i>Milk</i>		18h-19h30 <b>BÈLÈ</b>	19h30-21h <b>MODERN-JAZZ</b>																	
	<i>Choco</i>		18h00-19h00 <b>AFROHIPHOP</b>	19h15-20h15 <b>ACCRO CERCEAU</b>																	
<b>JEUDI</b>	<i>Milk</i>		18h-19h <b>GYM BALLON &amp; STRETCH</b>	19h-20h30 <b>DANSE AFRO</b>	20h30-21h30 <b>ATELIER CRÉATION</b>																
	<i>Choco</i>	16h45-18h (salle vanille) <b>YOGA MÉDITATION</b>	17h30-18h30 <b>FIT STEP</b>	18h30-19h30 <b>FIT'DANCE</b>	19h30-20h30 <b>URBAN AFRO</b>	20h30-22h00 <b>POLE DANCE</b> niv. 2,3															
<b>VENDREDI</b>	<i>Milk</i>		19h-20h <b>DANCEHALL GYAL</b>	20h-21h <b>AFROBASHMENT</b>																	
	<i>Choco</i>		17h-18h25 <b>POLE DANCE CHORÉ</b>	18h30-20h <b>STREET JAZZ</b>	20h-21h <b>FIT'SAMBA</b>																
<b>SAMEDI</b>	<i>Choco</i>		18h-19h30 <b>POLE DANCE JUNIOR</b>																		

CE PLANNING EST SUSCEPTIBLE DE MODIFICATIONS

**FERMÉ : jours fériés / Noël** Du 22 déc. au 03 janv. / **Carnaval** Du lundi gras au dimanche / **FIN DES COURS : 30 JUIN**

Hauts Californie – Bat. A - 97232 LE LAMENTIN ✉ : [cieartmonic972@gmail.com](mailto:cieartmonic972@gmail.com) ✉ : [polform972@gmail.com](mailto:polform972@gmail.com)

☎ 0596 60 47 98 📞 06 96 238 104 📞 06 96 849 858 - Siret : 753 900 695 000 10 - NAF 9311Z

FACEBOOK : PolForm Sport / Art Monic / La Grande RéKré - Site Internet : [www.polform-espacedd.com](http://www.polform-espacedd.com) - Billetterie en ligne : [www.caraiypass.com](http://www.caraiypass.com)