

PLANNING

du mois

DU 01 AU 10 SEPTEMBRE 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 Circuit Training Djibril 07/09
						10H15 Les 3S Myriam 14/09
MIDI	12H15 Aquafitness Rachid	12H15 Functional Training Rachid	12H15 Boxe Hugo	12H30 Circuit Training Djibril	12H15 Pilates Mat Katya	10H15 Stretching Myriam 21/09
APRES-MIDI						10H15 Yoga Katya 28/09
	18H30 Yoga Shanon					



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 Puresens Spa au numéro suivant: 320

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

Baromètre d'intensité:



PLANNING

du mois

DU 11 AU 30 SEPTEMBRE 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 Circuit Training Djibril 07/09
						10H15 Les 3S Myriam 14/09
MIDI	12H15 Aquafitness	12H15 Functional Training/ Les 3 S Myriam	12H15 Boxe Hugo	12H30 Circuit Training Djibril	12H15 Pilates on the Ball Myriam	10H15 Stretching Myriam 21/09
APRES-MIDI						10H15 Yoga Katya 28/09
	18H30 Yoga Shanon					



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:

