



verthum

[www.verthum.com](http://www.verthum.com)

## PLANNING DES COURS Automne 2024

Session du 26 août au 20 décembre 2024 (selon calendrier scolaire)

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
9h00		<b>Pilates</b> 8h45 - 9h45			<b>Pilates</b> 8h45 - 9h45	
10h00		<b>Yogalates</b> 10h00 - 11h00			<b>Pilates</b> 10h00 - 11h00	
11h00						
12h00		<b>Fascia Move</b> 12h15 - 13h15				
13h00						
14h00		<b>Pilates</b> 13h45 - 14h45				
18h00	<b>Pilates</b> 18h00 - 18h50		<b>Pilates</b> 18h30 - 19h30			
19h00	<b>Yogalates</b> 19h00 - 20h00					
20h00	<b>Fascia Yoga</b> 20h15 - 21h15		<b>Power Yoga</b> 19h45 - 20h45			

Rte des Chenevières 9  
1785 Cressier FR  
Rte du Petit-Moncor 1C,  
1752 Villars-sur-Glâne

CFPS Château de Seedorf  
Rte de Seedorf 101, 1757 Noréaz  
ONLINE sur Zoom