

# Lundi    Mardi    Mercredi    Jeudi    Vendredi

9h					
9h30	Pilates 9h15 - Marion			Cosy Renfo Débutant 9h30 - Tifenn	
10h	CosyBalance 10h - Marion		Pilates Débutant 10h - Jean-Maxime	Stretch Yoga 10h15 - Tifenn	
10h30					
11h	Pilates 10h45 - Marion				Pilates Intermédiaire 10h45 - Marion - 1h
11h30	CosyBalance 11h30 - Marion				Zumba Sénior 11h45 - Marion - 30min
18h	CAF 18h - Aimée - 30min	Cosy Pump 18h - Aimée	Cosy Training 18h - Maëvane - 30 min		
18h30	Cosy Combat 18h30 - Aimée		STEP Débutant 18h30 - Maëvane	Cosy Training 18h30 - Jean-Maxime	Cosy Renfo Interm. 18h30 - Alexis - 30min
19h	Cosy Core 19h15 - Alexis - 30min	Cosy Attack 18h45 - Aimée			Cosy Core 19h - Alexis - 30min
19h30	STEP Débutant 19h45 - Alexis	Relaxation 19h30 - Olivier MIMET	Pilates 19h30 - Maëvane	Pilates 19h15 - Jean-Maxime	STEP Intermédiaire 19h30 - Aimé
20h					
20h30					

Descriptions des cours sur [www.cosyness.fr/cours-collectifs](http://www.cosyness.fr/cours-collectifs)  
Cours encadrés par des professionnels diplômés d'état