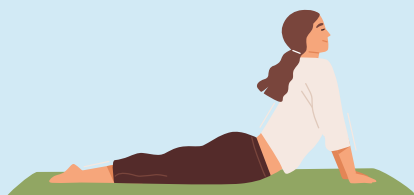


# Pratiquez une activité physique pendant et après la grossesse



## Planning du 07 mars au 11 avril 2024

07/03	10h-11h30	Pré natal	Mobilité, Mouvement et Plaisir en musique (APA) avec Emilie	Centre Mercure 25 av. Jean-Léon Laporte, Anglet
13/03	11h-12h	Pré natal	Pilates avec Rémi	Siège Omnisports Aviron Bayonnais - 1 rue Harry Owen Roë - Bayonne
14/03	10h-11h30	Post natal	Séance Parents-Enfants (0-3 ans) avec Emilie	Centre Mercure 25 av. Jean-Léon Laporte, Anglet
21/03	10h-11h30	Pré natal	Pilates prénatal avec Monika	Centre Mercure 25 av. Jean-Léon Laporte, Anglet
27/03	11h-12h	Pré natal	Pilates prénatal avec Rémi	Siège Omnisports Aviron Bayonnais - 1 rue Harry Owen Roë - Bayonne
28/03	10h-11h30	Post natal	Yoga postnatal avec Blandine	Centre Mercure 25 av. Jean-Léon Laporte, Anglet
04/04	10h-11h30	Pré natal	Bungy Pump (marche dynamique avec bâtons) avec Jessica	Siège Omnisports Aviron Bayonnais - 1 rue Harry Owen Roë - Bayonne
10/04	11h-12h	Pré natal	Pilates prénatal avec Rémi	Siège Omnisports Aviron Bayonnais - 1 rue Harry Owen Roë - Bayonne
11/04	10h-11h30	Post natal	Séance Parents-Enfants (0-3 ans) avec Emilie	Centre Mercure 25 av. Jean-Léon Laporte, Anglet

22/01/2024

