

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE

KARINE

ZOOM

19:00 - 20:00

PILATES



HEALTHY & MOVE®
MOBILITE | ENDURANCE | FORCE

 RENFORCEMENT MUSCULAIRE

 BIEN-ÊTRE

 CARDIO

 DANSE

SAISON 2024-2025



Healthy & Move



healthyandmove



healthy.move78@gmail.com



STUDIO 21 - 21, boulevard Littré - 78600 Le Mesnil-Le-Roi

I CSC - 99, rue de la Muette - 78600 Maisons-Laffitte

I POPD - rue de la Digue - 78600 Maisons-Laffitte