

PAY
WHAT
YOU
WANT

TOUS EN FORME !

la dose d'énergie positive

Programme du 11 au 17 mai avec Albane & Youri

- ✓ Mardi 7h
- ✓ Mardi 18h
- ✓ Mercredi 19h30
- ✓ Jeudi 7h30
- ✓ Jeudi 18h15

Cuisses de grenouille
Un moment détente
Bras d'ssus, bras d'ssous
T-shirt mouillé
Je tiens les rênes

Cuisses - fesses
Yoga Stretch
Haut du corps
Cardio
Méditation

*Je reprends
le pouvoir*



En live & en replay sur Youtube