

## Session Automne 2019 débutant le 15 septembre

Dimanche	Pole (10)	Pratique libre 10h00 <i>Emilie</i>	Session inter 1 11h00 <i>Emilie</i>		Pratique libre 16h00 <i>Marie-Philip</i>	Session débutant 1 17h00 <i>Marie-Philip</i>		Open débutant 18h30 <i>Marie-Philip</i>		
	Pole (7)	Cours d'essai 10h00 <i>Odile</i>	Cardio Hot Core 11h15 <i>Odile</i>	Pratique libre sans prof. 16h00		Pratique libre compétition 18h00				
Lundi	Pole (10)			Session avancé 2 - Tricks 17h30 <i>Andréanne</i>		Session inter 1 19h00 <i>Julie</i>		Buti 20h30 <i>Julie</i>		
	Pole (7)	Pratique libre 16h30 <i>Julie</i>		Session Trickster 17h30 <i>Julie</i>		Open tous niveaux 19h00 <i>Odile</i>		Enchaînement 20h00 <i>Emilie</i>		Pratique libre 21h00 <i>Emilie</i>
	Aérien	Pratique aériens 16h30 <i>Julie</i>		Session cerceau aérien 1-2 18h30 <i>Emilie</i>		Session tissu aérien débutant 1 20h10 <i>Odile</i>				
Mardi	Pole (10)	Pratique libre 16h00 <i>Andreanne</i>	Session débutant 1 17h00 <i>Emilie</i>		Session exotique inter 18h30 <i>Emilie</i>		Session inter 2 20h00 <i>Emilie</i>			
	Pole (7)	Équi-Floorwork 17h00 <i>Andréanne</i>		Session inter 1 18h00 <i>Julie</i>		Session débutant 1 19h30 <i>Julie</i>				
Mercredi	Pole (10)	Pratique libre 16h00 <i>Andreanne</i>	Session planks and flag 17h00 <i>Andréanne</i>		Enchaînement Inter 18h30 <i>Andréanne</i>		Session débutant 1 20h00 <i>Julie</i>			
	Pole (7)	Session débutant 2 17h00 <i>Julie</i>		Session inter 2 18h30 <i>Julie</i>		Exotique débutant 20h00 <i>Cynthia B</i>		Pratique libre 21h00 <i>Cynthia B</i>		
Jeudi	Pole (10)	Pratique libre 16h30 <i>Julie</i>	Condi flex 17h30 <i>Julie</i>		Open spins inter 18h30 <i>Julie</i>		Session inter 3 19h30 <i>Julie</i>			
	Pole (7)	Pratique libre 16h00 <i>Andréanne</i>	Planks and Flag 17h00 <i>Andréanne</i>		Pole Flex 18h00 <i>Andréanne</i>		Session débutant 1 19h00 <i>Cynthia B</i>		Pratique libre 20h30 <i>Cynthia B</i>	
Vendredi	Pole (10)	Session débutant 1 17h00 <i>Cynthia P</i>		Pratique libre 18h30 <i>Cynthia P</i>						
	Pole (7)	Pratique libre 16h30 <i>Emilie</i>	Session avancé 1 - Enchaînement 17h30 <i>Emilie</i>							
Samedi	Pole (10)	Open tous niveaux 10h00 <i>Cynthia P</i>		Session débutant 2 11h00 <i>Cynthia P</i>		Abdo/fessiers 12h30 <i>Cynthia P</i>				
	Pole (7)	Open tissus 10h30 <i>Julie</i>		Dynamics Tricks (inter et +) 11h30 <i>Julie</i>		Pratique libre compétition 12h30				
	Aérien	Pratique libre sans prof. 10h30								