

Planning 2026

Lundi

9h00
Pilates Sculpt
Méryl

10h00
Stretching
Méryl

12h30 à 13h30
Body Sculpt
Linda

17h00
Stretching
Méryl

18h00
Pilates
Méryl

19h00
Pilates Sculpt
Méryl

19h00
Cardio Training
en extérieur
Charlotte

Mardi

8h30
Body Sculpt
Linda

9h30
Pilates
Linda

11h30 à 12h30
Pilates
Charlotte

12h30 à 13h15
Stretching
Charlotte

17h30
Hatha Yoga
Rachèle

18h30
Yin Yoga
Rachèle

19h30
Cross Training
Linda

Mercredi

9h00
Body Flow
Charlotte

12h15 à 13h15
Yoga Flow
Rachèle

16h30
Pilates
Méryl

17h30
Stretching
Méryl

18h30
Pilates Fusion
Charlotte

19h30
Pilates
Charlotte

Jeudi

8h30
Pilates
Méryl

9h30
Stretching
Méryl

12h15 à 13h15
Pilates
Charlotte

17h00
Pilates Sculpt
Linda

18h00
Stretching
Linda

19h00
Cross Training
Linda

Vendredi

8h30
Yoga Flow
Linda

9h30
Pilates
Linda

17h00
Pilates
Charlotte

18h00
Stretching
Charlotte

19h00
Pilates Fusion
Charlotte

Samedi

8h
Pilates
Méryl/Charlotte

9h
Stretching
Méryl/Charlotte

10h
Pilates
Méryl/Charlotte

Dimanche

9h00
Hatha Yoga
Rachèle/Armelle

10h00
Yin Yoga
Rachèle/Armelle

Contactez-nous

Adresse

Résidence Tantine Zaza
142 rue Marius et Ary Leblond
97460 Saint-Paul, Centre-ville
La Réunion

Email

meryl@studio-m.re

Téléphone

+262 692 44 74 97

Site internet

studio-m.re