

WOMEN'S *Day*

9 h00	Arrivée des participantes
9 h30	Début + moment d'échange
10h00	Yoga réveil
10h45	Chorée Heels + vidéos
12h30	Pause déjeuner
13h30	Techniques Heels
14h30	Exercices Mindset et confiance en soi
15h30	Pause goûter
16h00	Chorégraphie Heels + vidéos
18h00	Yoga relaxation + fin
19h00	Fin de journée