









PLANNING

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
9h45 45' CUISSSES ABDOS FESSIERS	9h45 60' PILATES	9h30 45' STEP	9h45 60' LES MILLS BODYPUMP®	9h45 60' YOGA	9h45 30' CARDIO FIT
10h30 30' STRETCH		10h30 30' ABDOS FESSIERS			10h15 60' PILATES
12h30 45' PILATES	12h30 45' LES MILLS BODYPUMP®	12h30 45' YOGA 	12h30 45' TRAINING		
		ZUMBA KIDS* 15h15 45' KIDS 6-9 ANS 16h00 45' KIDS 10-13 ANS			LE FIVE 
17h45 45' STEP	18h00 60' TRAINING	17h30 30' TOTALBODY	17h30 45' PILATES	17h30 30' STRETCH	<i>1^{er} samedi de chaque mois Méditation Yoga 11h15 - 12h (A partir du 8 Septembre)</i>
18h30 45' CUISSSES ABDOS FESSIERS	19h00 60' LES MILLS BODYPUMP®	18h00 30' ABDOS FESSIERS	18h15 30' CARDIO FIT	18h00 60' LES MILLS BODYPUMP®	
19h15 45' 	20h00 60' YOGA 	18h30 45' 	18h45 30' ABDOS FESSIERS	19h00 45' 	
FIN DES COURS 20H00	FIN DES COURS 21H	19h15 60' PILATES	19h15 45' STEP	19h45 60' YOGA 	
		FIN DES COURS 20H15	FIN DES COURS 20H00	FIN DES COURS 20H45	

*Zumba Kids, contactez nous pour + d'infos