









PLANNING

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
9h45 45' CUISSSES ABDOS FESSIERS	9h45 60' PILATES	9h45 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' CARDIO FIT		
		ZUMBA KIDS* 15h15 45' KIDS 6-9 ANS 16h00 45' KIDS 10-13 ANS			LE FIVE  1 ^{er} samedi de chaque mois Méditation Yoga 11h15 - 12h
17h45 45' STEP					
18h30 45' CUISSSES ABDOS FESSIERS	18h00 60' TRAINING	17h45 45' TOTALBODY	17h45 45' PILATES	17h45 30' ABDOS FESSIERS	
19h15 45' 	19h15 45' CARDIO FIT	18h30 45' 	18h30 30' CARDIO FIT	18h15 45' 	
20h00 60' LES MILLS BODYPUMP® FIN DES COURS 21H00	20h00 60' YOGA  FIN DES COURS 21H	19h15 60' PILATES FIN DES COURS 20H15	19h00 60' LES MILLS BODYPUMP® FIN DES COURS 20H00	19h30 60' YOGA  FIN DES COURS 20H30	

*Zumba Kids, contactez nous pour + d'infos