

LUNDI ouverture 7H30	MARDI ouverture 7H30	MERCREDI ouverture 7H30	JEUDI ouverture 7H30	VENDREDI ouverture 7H30	SAMEDI ouverture 9H00	DIMANCHE ouverture 10h00
9H30-10H30 (TN) PILATES	9h30-10h15 BODY SCULPT	9H30-10H30 (TN) PILATES	9h30- 10H00(I) 100% ABDOS	9h30-10h30 BODY SCULPT	10H00-10H45 (I) PUMPING CLASS	10h30-11h15(TN) BODY SCULPT
	10h15-11H15 YOGY ENERGIE		10H00-10H30 (TN) CUISSSES- FESSIERS		10h45-11h30 (TN) ABDOS FESSIERS	11H15-12H00 (I) CARDIO TRAINING
					11h30-12h15 (TN) BIKING	12H00-13H00 PILATES
12H15-12H45 (TN) BODY UP			12H15-13H00 (TN) BODY SCULPT		12H15-13h15 ZUMBA	
12h45-13H15 (TN) ABDOS-FESSIERS	12H30- 13H30 (TN) FIT BALANCE	12H30-13H30 (TN) PUMPING CLASS	13H00-13H30 (TN) STRETCHING	12H30-13H30 (TN) ZUMBA		
						14H30-15H30 BIKING (video)
					15H30-16h30 BIKING (video)	
18h15-18h45 BOOT CAMP	18H15-19H00 (TN) PUMPING CLASS	18h15-19H00 BIKING	18H15-19H00 CIRCUIT TRAINING			
18H45 - 19h30 (TN) ACF	19H00- 19H45 (I) BOXE FITNESS	19H00-19h30 (TN) ABDOS-FESSIER	19H00-19H30 ABDO FESSIERS	18h30-19h15 (TN) BODY SCULPT		
19H30-20H15 (TN) PILATES	19H45 - 20h30 (I) STEP	19H30-20H30 (I) FIT BALANCE	19H30-20H30 ZUMBA	19h15-20h00 (D) STEP		
20H15-21H15 (TN) ZUMBA	20H30-21H30 ZUMBA STEP	20h30-21h30(TN) PILATES		20h00-20h45 (TN) BIKING		
Fermeture 22H00	Fermeture 22H00	Fermeture 22h00	Fermeture 22h00	Fermeture 21h30	Fermeture 18h30	Fermeture 16H30

TN: Tous Niveaux
 D: Débutant
 I: Intermédiaire

BONNE SEANCE