

LUNDI <i>ouverture 7H15</i>	MARDI <i>ouverture 7H15</i>	MERCREDI <i>ouverture 7H30</i>	JEUDI <i>ouverture 7H15</i>	VENDREDI <i>ouverture 7H15</i>	SAMEDI <i>ouverture 9H00</i>	DIMANCHE <i>ouverture 10H00</i>
9h00-9h45 (TN) CONDITIONING*	9h00-9h45 (TN) BODY SCULPT	9H30-10H00 (TN) CIRCUIT TRAINING	9H00-9H45 (TN) CARDIO FITNESS	9h00-10H00 (TN) PILATES		
9h45-10h30 (TN) PILATES	9H45-10H30 (TN) STRETCHING	10H00-11H00 (TN) GYM DOUCE	9H45-10H30(TN) ABDOS-TAILLE FESSIERS		10H00-10H30 (TN) ABDOS-FESSIERS	10H30-11H00 (TN) ABDOS- FESSIERS
					10H30-11H15 (TN) BODY SCULPT	11H00-11H45 (TN) BODY SCULPT
12H30-13H00 (I) FIT ATTACK	12H30 -13H15(TN) CUISSSE ABDOS FESSIERS	12H30 - 13H15 (TN) CARDIO FIT	12H30 - 13H15(TN) BODY SCULPT	12H30-13H15 (I) PUMPING CLASS	11H15-12H00 (I) STRETCHING	11H45-12H30(D) STEP
13H00-13H45 (TN) BODY SCULPT	13H15-13H45 (TN) FIT BALANCE	13H15 - 13H45 (TN) ABDOS-FESSIERS	13H15 -13H45 (TN) PILATES	13H15-13H30 (TN) STRETCHING		
18H00 - 18H30 (TN) ABDOS-FESSIERS	18H15-18H45 (TN) FIT STEP	18H15-19H00 PUMPING CLASS(I)	18H15-19H00 (TN) CUISSSES ABDOS FESSIERS	18H15-19H00 BODY SCULPT (TN)		<p><i>TN : tout niveau</i> <i>D : débutant</i> <i>I : intermédiaire</i> ZUMBA'FRICA : <i>Zumba sur musique</i> <i>Afro</i></p> <p>BODY RELAX : <i>mélange Pilates et</i> <i>Yoga</i></p> <p>CONDITIONING : <i>renforcement poids</i> <i>de corps</i></p>
18H30-19H15 (I) PUMPING CLASS	18H45-19H30 (I) BODY SCULPT	19H00-20H00 (TN) ZUMBA'FRICA*	19H00-19h30 (TN) BODY UP	19H00-19H45 STEP (TN)		
19H15-20H00 (TN) PILATES	19H30-20H15 (I) ABDOS-FESSIERS	20H00-20H30(TN) ABDOS FESSIERS	19h30-20H15 (TN) CIRCUIT TRAINING	19H45-20H30 CIRCUIT TRAINING (TN)		
20H00-21H00 (I) CIRCUIT TRAINING	20H15 A 21H00 CROSS FIT'NESS (D)	20H30-21H15 (TN) PILATES	20H15-21H00 (TN) BODY RELAX*			
Fermeture 22h	Fermeture 22h	Fermeture 22h	Fermeture 22h	Fermeture 21h	Fermeture 18h30	Fermeture 16h30