



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
	8H30-9H30 YOGA doux		8H30-9H30 YOGA doux	9H30-10H30 PILATES		
10H-10H45 BODY SCULPT	9H30-11H YOGA dynamique	9H45-10H30 CIRCUIT TRAINING	10H-11H PILATES	10H30-11H STRETCHING	10H30- 11H30 CIRCUIT TRAINING	10H15- 11H15 BODY SCULPT
10H45-11H30 STRETCHING POSTURAL	11H30- 12H30 BODY SCULPT	10H30- 11H15 BALANCE	11H-12H CROSS TRAINING	11H30- 12H30 PILATES	11H30- 11H50 ABDOS	11H15- 12H15 ZUMBA
	12H30- 13H15 ZUMBA STEP	12H30- 13H15 CAF		12H30- 13H15 stretching postural	11H50- 12H30 stretching	
	13H15- 13H30 STRETCHING	13H15- 13H30 STRETCHING				
18H30- 19H15 CAF	18H30-19H ABDOS- FESSIERS	18H30- 19H30 PUMP	18H-19H ZUMBA COMBO (afro,latino,s wing,bollywo od,brésilien,,, )			
19H15- 20H15 ZUMBA	19H-19H45 BOOTCAMP	19H30- 20H30 BODY BOXE	19H-19H45 HIIT/CROSS TRAINING	18H45- 19H45 BODY BOXE		
20H15- 20H30 STRETCHING	19H45- 20H30 BALANCE		19H45- 20H30 BODY BARRE	19H45- 20H30 CAF		
				20H30-21H STRETCHING		

