

HORAIRES

Lundi :
8h - 21h30

Mardi :
8h - 21h30

Mercredi :
8h - 21h30

Jeudi :
8h - 21h30

Vendredi :
8h - 21h30

Samedi :
9h - 18h

Dimanche :
10h - 16h

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
	10H00- 10H40 Pilates		10H00 - 10H45 Abdos flash		10H00 - 11H00 Body Sculpt	10H00 - 11H00 Renforcement doux
	10H40 - 11H10 Bike express		10H45 - 11H30 Mix training	11H00 - 11H45 Renfo Musculaire	11H00 - 11H30 Body Attack	11H00 - 12H00 Abdos Lombaires
	11H10 - 11H30 Abdos Flash		11H30 - 12H00 Bike express	11H45 - 12H30 Abdos profonds	11H30 - 12H00 Bike express	13H30 - 15H00 Magic Kids 8 - 14 ans
	11H30 - 12H00 Stretch Postural					
	18H00 - 18H30 Total fessier	18H00 - 18H30 HIIT	18H00 - 18H45 UPPER Body	18H00 - 18H45 Circuit training	18H00 - 18H45 CAF	
	18h30 - 19h15 Biking	18H30 - 18H45 Abdos flash	18H45 - 19H30 CAF	18H45 - 19H30 Total Body	18H45 - 19H15 Bike express	
	19H15 - 19H45 Abdos Killer	18H45 - 19H30 Pump	19H30 - 20H00 Step	19H30 - 20H00 Abdos flash	19H15 - 20H45 Boot Camp	
	19H45 - 21H15 Cardio Boxe	19H30 - 20H30 Cardio Dance		20H00 - 21H15 Cardio Boxe	20H45 - 21H00 Stretching	
		20H30 - 21H00 Stretching				