



| LUNDI                   | MARDI                          | MERCREDI                           | JEUDI                          | VENDREDI                          | SAMEDI                         | DIMANCHE                         |
|-------------------------|--------------------------------|------------------------------------|--------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------|----------------------------------|
| 10H-10H45<br>BODYSCULPT | 10H-10H45<br>PILATES           | 10H-10H45<br>BODYSCULPT            | 10H-10H45<br>BODYSCULPT        | 10H-10H45<br>REVEIL<br>MUSCULAIRE | 10H30-11H15<br>CAF             | 10H30-11H15<br>CROSS<br>TRAINING |
| 10H45-11H<br>STRETCHING | 10H45-11H<br>ABDOS             | 10H45-11H15<br>STRETCHING          | 10H45-11H<br>STRETCHING        | 10H45-11H<br>ABDOS                | 11H15-12H15<br>BODYBARRE       | 11H15-12H15<br>PILATES FLOW      |
| 12H15-13H15<br>PILATES  | 12H15-13H<br>CROSS<br>TRAINING | 12H15-13H<br>HIIT CARDIO           | 12H15-13H<br>HIIT RENFO        | 12H15-13H<br>CIRCUIT<br>TRAINING  | 12H15-13H15<br>MAGIC<br>COMBAT | 12H15-13H15<br>STEP              |
| 13H15-13H30<br>ABDOS    | 13H-13H45<br>YOGA DOUX         | 13H-13H15<br>ABDOS                 | 13H-13H30<br>ABDOS<br>FESSIERS | 13H-13H30<br>CAF                  | <input type="checkbox"/> OFF   | <input type="checkbox"/> OFF     |
| 18H30-19H15<br>RPM      | 18H45-19H30<br>BODYBARRE       | 18H45-19H30<br>CIRCUIT<br>TRAINING | 18H30-19H15<br>BODYBARRE       | 18H30-19H15<br>BIKE               | <input type="checkbox"/> OFF   | <input type="checkbox"/> OFF     |
| 19H15-20H<br>STEP       | 19H30-20H30<br>PILATES FLOW    | 19H30-20H15<br>STEP                | 19H15-20H<br>CAF               | 19H15-20H<br>HIIT RENFO           | <input type="checkbox"/> OFF   | <input type="checkbox"/> OFF     |
| 20H-20H30<br>CAF        | 20H30-21H<br>STRETCHING        | 20H15-20H45<br>CAF                 | 20H-20H30<br>HIIT CARDIO       | 20H-20H30<br>STRETCHING           | <input type="checkbox"/> OFF   | <input type="checkbox"/> OFF     |

