

**Début  
du cours**

**9h30**

**10h30**

**12h30**

**17h30**

**18h30**

**19h30**

**20h25**

	<b>LUNDI</b>	<b>MARDI</b>	<b>MERCREDI</b>	<b>JEUDI</b>	<b> VENDREDI</b>
<b>9h30</b>	<b>GYM ACTIVE</b> 9h30 - 10h25	<b>PILATES</b> matwork 9h30 - 10h25	<b>YOGA</b> <b>FLOW</b> 9h30 - 10h25	<b>GYM ACTIVE</b> 9h30 - 10h25	<b>RENFO</b> <b>STRETCHING</b> 9h30 - 10h25
<b>10h30</b>	VIRTUALS TRAINING AU CHOIX				
<b>12h30</b>	<b>BODYSculPT</b> 12h30 - 13h20	<b>CIRCUIT TRAINING</b> 12h30 - 13h20	VIRTUALS TRAINING AU CHOIX	<b>LADY SCULPT</b> 12h30 - 13h20	<b>YOGA</b> <b>FLOW</b> 12h30 - 13h20
<b>17h30</b>	VIRTUALS TRAINING AU CHOIX				
<b>18h30</b>	<b>ZUMBA</b> 17h30 - 18h25	VIRTUALS TRAINING AU CHOIX	<b>CROSS TRAINING</b> 17h30 - 18h15	<b>CROSS TRAINING</b> 17h30 - 18h15	VIRTUALS TRAINING AU CHOIX
	<b>BODY BARRE</b> 18h30 - 19h25	<b>HAPPY</b> <b>DANCE</b> 18h00 - 18h55	<b>ZUMBA</b> 18h30 - 19h25	<b>BODYSculPT</b> 18h30 - 19h25	<b>PILATES</b> matwork 18h00 - 18h55
<b>19h30</b>	<b>STEP</b> 19h30 - 20h25	<b>YOGA</b> <b>FLOW</b> 19h00 - 19h55	<b>BODYSculPT</b> 19h30 - 20h25	<b>PILATES &amp; STRETCH</b> matwork 19h30 - 20h25	<b>ZUMBA</b> 19h00 - 19h55

\*Capacité en cours collectifs limitée à 35 personnes. Sans réservation. Cours réalisé en temps réel avec un coach diplômé. Cours dispensé à partir de 3 personnes.