

LUNDI ouverture 7H30	MARDI ouverture 7H30	MERCREDI ouverture 7H30	JEUDI ouverture 7H30	VENDREDI ouverture 7H30	SAMEDI ouverture 9H00	DIMANCHE ouverture 10h00
9H30-10H30 PILATES (TN)	9h15-10h15 BODY SCULPT	9H30-10H30 PILATES (TN)	9h30- 10H00 100% ABDOS (I)	9h30-10h30 BODY SCULPT	10H00-10H45 PUMPING CLASS (I)	10h30-11h15 BODY SCULPT (TN)
	10h15-11H15 YOGY ENERGIE		10H00-10H30 CUISSSES-FESSIERS (TN)		10h45-11h30 ABDOS-FESSIERS (TN)	11H15-12H00 CARDIO TRAINING (I)
					11h30-12h15 BIKING (TN)	12H00-13H00 PILATES
12H15-12H45 BODY UP (TN)			12H15-13H00 BODY SCULPT (TN)	12h15-13h15 ZUMBA (TN)	12H15-13h15 ZUMBA	
12h45-13H15 ABDOS-FESSIERS (TN)	12H30- 13H30 PILATES (TN)	12H30-13H30 CIRCUIT TRAINING (TN)	13H00-13H30 STRETCHING (TN)	13H15-13H45 STRETCHING (TN)		
						14H30-15H30 BIKING (video)
					15H30-16h30 BIKING (video)	
18h00-18h30 ABDO FESSIER	18H15-19H00 PUMPING CLASS (TN)	18h15-19H00 BIKING	18H15-18H45 CIRCUIT TRAINING			
18H30 - 19h15 BOOT CAMP (TN)	19H00- 19H45 BOXE FITNESS(I)	19H00-19h30 ABDOS-FESSIERS (TN)	18H45-19H30 ABDOS-FESSIERS	18h30-19h15 BODY SCULPT (TN)		
19H15-20H15 FIT BALANCE (TN)	19H45 - 20h30 STEP (D)	19H30-20H30 ZUMBA	19H30-20H30 PILATES	19h15-20h00 STEP (I)		
20H15-21H15 ZUMBA (TN)	20H30-21H30 ZUMBA STEP	20h30-21h30 PILATES (TN)	20H30-21H30 YOGY ENERGIE	20h00-20h45 BIKING (TN)		
Fermeture 22H00	Fermeture 22H00	Fermeture 22h00	Fermeture 22h00	Fermeture 21h30	Fermeture 18h30	Fermeture 16H30

TN: Tous Niveaux
D: Débutant
I: Intermédiaire