




LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
OUVERTURE À 6H	OUVERTURE À 6H	OUVERTURE À 6H	OUVERTURE À 6H	OUVERTURE À 6H00	OUVERTURE À 8H
10H00 - 11H00  BODY SCULPT	9H45 - 10H45  PILATES	10H00 - 11H00  BODY BARRE	10H00 - 11H00  BODY BALANCE	10H00 - 10H45  T.A.F.	10H00 - 10H45  BODY SCULPT
12H15 - 13H00  BODY BARRE	12H15 - 13H00  T.A.F.	12H15 - 13H00  BODY SCULPT	12H15 - 13H00  F.A.C.	12H15 - 13H00  PILATES	10H45 - 11H30  STRETCHING
17H30 - 18H00  CUISSES FESSIERS	17H30 - 18H00  TAILLE ABDOS	17H30 - 18H15  BODY BARRE	17H30 - 18H00  TRX	17H30 - 18H15  T.A.F.	11H30 - 12H15  FIT TRAINING
18H00 - 19H00  BODY ATTACK	18H00 - 18H30  LES MILLS GRIT	18H15 - 19H15  BODY COMBAT	18H00 - 18H45  BODY SCULPT	18H15 - 19H00  BODY BALANCE	FERMETURE À 21H
19H00 - 19H45  BODY BARRE	18H30 - 19H15  STEP	19H15 - 20H15  BODY BALANCE	18H45 - 19H15  LES MILLS GRIT	19H00 - 19H45  PUR'MOOVE	OUVERTURE À 8H00
19H45 - 20H15  LES MILLS GRIT	19H15 - 20H00  PILATES	20H15 - 21H00  FIT TRAINING	19H15 - 20H00  STEP		FERMETURE À 21H
20H15 - 21H15  ZUMBA FITNESS	20H00 - 20H45  BODY SCULPT		20H00 - 20H30  STRETCHING		
FERMETURE À 23H	FERMETURE À 23H	FERMETURE À 23H	FERMETURE À 23H	FERMETURE À 23H	

BIKING

LUNDI	MERCREDI	JEUDI
19H00 - 19H45  BIKING	17H30 - 18H15  BIKING	18H00 - 18H45  BIKING