

Du 18/02 au 24/02

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
<b>TONE &amp; STRETCH</b> 08h00 - 08h25	<b>ABDOS Xpress</b> 08h30 - 08h55	<b>ABDOS Xpress</b> 08h30 - 08h55	<b>ABDOS Xpress</b> 08h30 - 08h55	<b>TONE &amp; STRETCH</b> 08h30 - 08h55	<b>ABDOS Xpress</b> 09h00 - 09h25	<b>ABDOS Xpress</b> 09h00 - 09h25
<b>ABDOS Xpress</b> 08h30 - 08h55	<b>LE CYCLING</b> 09h00 - 09h50	<b>CAF</b> 09h00 - 09h50	<b>CAF</b> 09h00 - 09h50	<b>ABDOS Xpress</b> 08h30 - 08h55	<b>STEP 1</b> 09h30 - 10h20	<b>BODY SCULPT</b> 09h30 - 10h20
<b>BODY SCULPT</b> 09h00 - 09h50	<b>BODY SCULPT</b> 09h00 - 09h50	<b>STEP 1</b> 09h00 - 09h50	<b>LE CYCLING</b> 10h00 - 10h50	<b>CAF</b> 09h00 - 09h50	<b>LE CYCLING</b> 09h30 - 10h20	<b>LE CYCLING</b> 09h30 - 10h20
<b>STRETCHING</b> 09h00 - 09h50	<b>PILATES</b> 09h00 - 09h50	<b>PILATES</b> 09h00 - 09h50	<b>PILATES</b> 10h00 - 10h50	<b>GYM POSTURALE</b> 09h00 - 09h50	<b>CAF</b> 09h30 - 10h20	<b>YOGA VINYASA</b> 09h30 - 10h20
<b>LE CROSS TRAINING 50</b> 09h00 - 09h50	<b>WOD</b> 09h00 - 09h50	<b>BODY SCULPT</b> 10h00 - 10h50	<b>BODY SCULPT</b> 10h00 - 10h50	<b>LE CROSS TRAINING 50</b> 09h00 - 09h50	<b>LE BABY FORME</b> 09h30 - 10h20	<b>SELF DEFENSE</b> 09h30 - 10h20
<b>LE CYCLING</b> 10h00 - 10h50	<b>LE TRAINING</b> 10h00 - 10h50	<b>LE CYCLING</b> 10h00 - 10h50	<b>STRETCHING</b> 11h00 - 11h50	<b>LE CYCLING</b> 10h00 - 10h50	<b>STEP 2</b> 10h30 - 11h20	<b>STEP 1</b> 10h30 - 11h20
<b>CAF</b> 10h00 - 10h50	<b>GYM BALL</b> 10h00 - 10h50	<b>QI GONG</b> 10h00 - 10h50	<b>AERODANCE 1</b> 11h00 - 11h50	<b>BODY SCULPT</b> 10h00 - 10h50	<b>LE CYCLING</b> 10h30 - 11h20	<b>LE CYCLING</b> 10h30 - 11h20
<b>YOGA VINYASA</b> 10h00 - 10h50	<b>LE CYCLING</b> 10h00 - 10h50	<b>LE CROSS TRAINING 50</b> 10h00 - 10h50		<b>BODY SCULPT</b> 10h00 - 10h50	<b>BODY SCULPT</b> 10h30 - 11h20	<b>LE TRAINING</b> 10h30 - 11h20
				<b>PILATES</b> 10h00 - 10h50		

**ABDOS  
Xpress**  
11h00 - 11h25

**STRETCHIN  
G**  
11h00 - 11h50

**ABDOS  
Xpress**  
12h00 - 12h25

**LE CYCLING  
XPRESS**  
12h00 - 12h30

**SUN DANCE**  
11h00 - 11h50

**STRETCHIN  
G**  
11h00 - 11h50

**ABDOS  
Xpress**  
12h00 - 12h25

**CAF**  
11h00 - 11h50

**STRETCHIN  
G**  
11h00 - 11h50

**STRETCHIN  
G**  
11h00 - 11h50

**ROPE  
TRAINING  
XPRESS**  
12h00 - 12h30

**LE KID  
FORME**  
10h30 - 11h20

**LE CROSS  
TRAINING  
50**  
10h30 - 11h20

**AERODANCE  
2**  
11h30 - 12h20

**LE  
TRAINING**  
11h30 - 12h20

**YOGA  
VINYASA**  
11h30 - 12h20

**LE CROSS  
TRAINING  
50**  
10h30 - 11h20

**LE CYCLING**  
11h30 - 12h20

**CAF**  
11h30 - 12h20

**LE JUMP**  
12h30 - 13h20

**LE CYCLING**  
12h30 - 13h20

**CAF**  
12h30 - 13h20

**PILATES**  
12h30 - 13h20

**LE CYCLING**  
12h30 - 13h20

**LE  
TRAINING**  
12h30 - 13h20

**GYM BALL**  
12h30 - 13h20

**LE CROSS**

**LE CYCLING**  
12h30 - 13h20

**CAF**  
12h30 - 13h20

**YOGA  
HATHA**  
12h30 - 13h20

**BODY  
SCULPT**  
12h30 - 13h20

**STRETCHIN  
G**  
12h30 - 13h20

**WOD**  
12h30 - 13h20

**CAF**  
12h30 - 13h20

**LE CYCLING**  
12h30 - 13h20

**STEP 1**  
12h30 - 13h20

**YOGA  
HATHA**  
12h30 - 13h20

**STRETCHIN  
G XPRESS**  
12h30 - 13h00

**LE CROSS  
TRAINING  
50**  
12h30 - 13h20

**TRAINING  
50**  
12h30 - 13h20

**LE CROSS  
TRAINING  
50**  
12h30 - 13h20

**PILATES**  
14h00 - 14h50

**TOTAL  
BODY**  
14h30 - 15h20

**PILATES**  
16h30 - 17h20

**BODY  
SCULPT**  
14h30 - 15h20

**STEP 1**  
14h30 - 15h20

**BODY  
SCULPT**  
14h30 - 15h20

**CAF**  
16h00 - 16h50

**CAF**  
16h00 - 16h50

**BODY  
SCULPT**  
16h30 - 17h20

**LE KID  
FORME**  
14h30 - 15h20

**LE CROSS  
TRAINING  
50**  
14h30 - 15h20

**CAF**  
16h30 - 17h20

**SUN DANCE**  
17h00 - 17h50

**LE CYCLING**  
17h00 - 17h50

**GYM  
POSTURALE**  
17h00 - 17h50

**KID CROSS**  
15h30 - 16h20

**ABDOS  
Xpress**  
15h30 - 15h55

**PILATES**  
17h00 - 17h50

**YOGA  
VINYASA**  
17h00 - 17h50

**CAF**  
16h30 - 17h20

**GYM BALL**  
16h30 - 17h20

**ABDOS  
Xpress**  
17h00 - 17h25

**BODY  
SCULPT**  
17h00 - 17h50

**PILATES**  
17h00 - 17h50

<b>LE CYCLING</b> 17h30 - 18h20	<b>ABDOS Xpress</b> 17h30 - 17h55	<b>LEG Xpress</b> 17h30 - 17h55	<b>CAF</b> 17h30 - 18h20	<b>ABDOS Xpress</b> 17h30 - 17h55	<b>BODY SCULPT</b> 18h00 - 18h50	<b>BODY SCULPT</b> 18h00 - 18h50
<b>LE TRAINING</b> 17h30 - 18h20	<b>CAF</b> 17h30 - 18h20	<b>AERODANCE 2</b> 17h30 - 18h20	<b>LE CROSS TRAINING 50</b> 17h30 - 18h20	<b>BODY SCULPT</b> 17h30 - 18h20	<b>LE CROSS TRAINING 50</b> 18h00 - 18h50	
<b>LE CROSS TRAINING 50</b> 17h30 - 18h20	<b>SUN DANCE</b> 17h30 - 18h20	<b>LE CYCLING</b> 17h30 - 18h20	<b>LE CYCLING XPRESS</b> 18h00 - 18h30	<b>STEP 1</b> 17h30 - 18h20		
<b>CAF</b> 17h30 - 18h20	<b>LE CROSS TRAINING 50</b> 17h30 - 18h20	<b>BODY SCULPT</b> 17h30 - 18h20	<b>STEP 2</b> 18h00 - 18h50	<b>LE CYCLING XPRESS</b> 18h00 - 18h30		
<b>ABDOS Xpress</b> 18h00 - 18h25	<b>GYM BALL</b> 18h00 - 18h50	<b>WOD</b> 18h00 - 18h30	<b>LEG Xpress</b> 18h30 - 18h55	<b>GYM BALL</b> 18h00 - 18h50		
<b>STRETCHING XPRESS</b> 18h30 - 19h00	<b>STEP 2</b> 18h30 - 19h20	<b>PILATES</b> 18h00 - 18h50	<b>LE CYCLING</b> 18h30 - 19h20	<b>LE CROSS TRAINING 50</b> 18h00 - 18h50		
<b>WOD</b> 18h30 - 19h00	<b>LE CYCLING</b> 18h30 - 19h20	<b>WOD</b> 18h30 - 19h00	<b>C.T.A.C</b> 18h30 - 19h20	<b>AERODANCE 2</b> 18h30 - 19h20		
<b>LE CYCLING</b> 18h30 - 19h20	<b>BODY SCULPT</b> 18h30 - 19h20	<b>SUN DANCE</b> 18h30 - 19h20	<b>ABDOS Xpress</b> 19h00 - 19h25	<b>LE CYCLING</b> 18h30 - 19h20		
<b>BODY SCULPT</b> 18h30 - 19h20	<b>ABDOS Xpress</b> 19h00 - 19h25	<b>LE CYCLING</b> 18h30 - 19h20	<b>LE JUMP</b> 19h00 - 19h50	<b>CAF</b> 18h30 - 19h20		

<b>ABDOS Xpress</b> 19h00 - 19h25	<b>YOGA ASHTANGA</b> 19h00 - 19h50	<b>LE TRAINING</b> 18h30 - 19h20	<b>LE CROSS TRAINING XPRESS</b> 19h30 - 20h00	<b>STRETCHING</b> 19h00 - 19h50
<b>STRETCHING</b> 19h00 - 19h50	<b>AERODANCE 2</b> 19h30 - 20h20	<b>WOD</b> 19h00 - 19h30	<b>LE CYCLING</b> 19h30 - 20h20	<b>LE CYCLING</b> 19h30 - 20h20
<b>LE CYCLING</b> 19h30 - 20h20	<b>LE CYCLING</b> 19h30 - 20h20	<b>C.T.A.C</b> 19h00 - 19h50	<b>BODY SCULPT</b> 19h30 - 20h20	<b>BODY SCULPT</b> 19h30 - 20h20
<b>AERODANCE 1</b> 19h30 - 20h20	<b>LE TRAINING</b> 19h30 - 20h20	<b>ABDOS Xpress</b> 19h30 - 19h55	<b>SUN DANCE</b> 20h00 - 20h50	<b>LE BOXE</b> 19h30 - 20h20
<b>LE CROSS TRAINING 50</b> 19h30 - 20h20	<b>LE CROSS TRAINING 50</b> 19h30 - 20h20	<b>LE CYCLING XPRESS</b> 19h30 - 20h00	<b>YOGA YIN</b> 20h00 - 21h20	<b>ABDOS Xpress</b> 20h30 - 20h55
<b>LE BOXE</b> 19h30 - 20h20	<b>BACHATA</b> 20h00 - 20h50	<b>STEP 1</b> 19h30 - 20h20	<b>SELF DEFENSE</b> 20h00 - 21h30	
<b>ABDOS Xpress</b> 20h30 - 20h55	<b>ABDOS Xpress</b> 20h30 - 20h55	<b>STEP 2</b> 19h30 - 20h20	<b>ABDOS Xpress</b> 20h30 - 20h55	
<b>STRETCHING XPRESS</b> 21h00 - 21h30	<b>KIZOMBA</b> 21h00 - 21h50	<b>LE CYCLING XPRESS</b> 20h00 - 20h25		
		<b>ABDOS Xpress</b> 20h00 - 20h25		

**LE CROSS  
TRAINING  
50**

20h00 - 20h50

**LE CYCLING  
XPRESS**

20h30 - 20h55

**STRETCHIN  
G XPRESS**

20h30 - 21h00