

**Du 19/09 au 25/09**

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
<b>Abdos Circuit</b> 08h30 - 08h55	<b>Abdos Circuit</b> 08h30 - 08h55	<b>Abdos Circuit</b> 08h30 - 08h55	<b>Abdos Express</b> 08h30 - 08h55	<b>Abdos Circuit</b> 08h30 - 08h55	<b>STEP NIVEAU 1</b> 09h00 - 09h50	<b>Body sculpt</b> 09h00 - 09h50
<b>Body sculpt</b> 09h00 - 09h50	<b>Gym Douce</b> 09h00 - 09h50	<b>Circuit Training</b> 09h00 - 09h50	<b>HATHA YOGA</b> 09h00 - 09h50	<b>Pilates</b> 09h00 - 09h50	<b>Cuisses Abdos Fessiers</b> 09h00 - 09h50	<b>Vélo</b> 09h00 - 09h50
<b>Circuit Training</b> 09h00 - 09h50	<b>Circuit Training</b> 09h00 - 09h50	<b>Pilates</b> 09h00 - 09h50	<b>Cuisses Abdos Fessiers</b> 09h00 - 09h50	<b>Cuisses Abdos Fessiers</b> 09h00 - 09h50	<b>Vélo</b> 10h00 - 10h50	<b>SELF DEFENSE</b> 09h00 - 09h50
<b>GYM BALL</b> 09h00 - 09h50	<b>Body sculpt</b> 09h00 - 09h50	<b>Body sculpt</b> 09h00 - 09h50	<b>Circuit Training</b> 09h00 - 09h50	<b>Circuit Training</b> 09h00 - 09h50	<b>Body sculpt</b> 10h00 - 10h50	<b>Cuisses Abdos Fessiers</b> 10h00 - 10h50
<b>HATHA YOGA</b> 10h00 - 10h50	<b>GYM BALL</b> 10h00 - 10h50	<b>STEP NIVEAU 1</b> 10h00 - 10h50	<b>Sac de frappe</b> 10h00 - 10h50	<b>Body sculpt</b> 10h00 - 10h50	<b>Circuit Training</b> 10h00 - 10h50	<b>Vélo</b> 10h00 - 10h50
<b>Vélo</b> 10h00 - 10h50	<b>Vélo</b> 10h00 - 10h50	<b>GYM BALL</b> 10h00 - 10h50	<b>Body sculpt</b> 10h00 - 10h50	<b>Vélo</b> 10h00 - 10h50	<b>Vélo</b> 11h00 - 11h50	<b>Circuit Training</b> 10h00 - 10h50
<b>Cuisses Abdos Fessiers</b> 10h00 - 10h50	<b>STRETCH et RECUP'</b> 11h00 - 11h50	<b>STRETCH et RECUP'</b> 11h00 - 11h50	<b>Gym Douce</b> 10h00 - 10h50	<b>HATHA YOGA</b> 10h00 - 10h50	<b>STEP NIVEAU 2</b> 11h00 - 11h50	<b>Circuit Training</b> 11h00 - 11h50
<b>STRETCH et</b>					<b>Circuit</b>	<b>Pilates</b> 11h00 - 11h50

**RECUP'**  
11h00 - 11h50

**STRETCH et  
RECUP'**  
11h00 - 11h50

**Training**  
11h00 - 11h50

**STRETCH et  
RECUP'**  
12h00 - 12h50

**HATHA  
YOGA**  
12h30 - 13h20

**Pilates**  
12h30 - 13h20

**GYM BALL**  
12h30 - 13h20

**Circuit  
Training**  
12h30 - 13h20

**Cuisses  
Abdos  
Fessiers**  
12h30 - 13h20

**YOGA  
HARMONISA  
TION DES  
CHAKRAS  
COURS  
PREMIUM**  
14h00 - 15h20

**Circuit  
Training**  
12h30 - 13h20

**Barre  
Training**  
12h30 - 13h20

**Circuit  
Training**  
12h30 - 13h20

**Pilates**  
12h30 - 13h20

**Circuit  
Training**  
12h30 - 13h20

**Vélo**  
12h30 - 13h20

**Circuit  
Training**  
12h30 - 13h20

**Cuisses  
Abdos  
Fessiers**  
12h30 - 13h20

**Cuisses  
Abdos  
Fessiers**  
12h30 - 13h20

**Cuisses  
Abdos  
Fessiers**  
12h30 - 13h20

**Vélo**  
12h30 - 13h20

**Cuisses  
Abdos  
Fessiers**  
16h30 - 17h20

**Gym Douce**  
16h30 - 17h20

**Circuit  
Training**  
14h30 - 15h20

**Body sculpt**  
17h00 - 17h50

**Pilates**  
16h30 - 17h20

**Cuisses  
Abdos  
Fessiers**  
16h30 - 17h20

**GYM BALL**  
17h00 - 17h50

<b>Circuit Training</b> 17h30 - 18h20	<b>Circuit Training</b> 17h30 - 18h20	<b>Body sculpt</b> 17h30 - 18h20	<b>Circuit Training</b> 17h30 - 18h20	<b>Pilates</b> 17h30 - 18h20	<b>Sun Dance</b> 17h30 - 18h20	<b>Circuit Training</b> 17h30 - 18h20
<b>GYM BALL</b> 17h30 - 18h20	<b>Cuisses Abdos Fessiers</b> 17h30 - 18h20	<b>Circuit Training</b> 17h30 - 18h20	<b>Vélo</b> 18h00 - 18h50	<b>Circuit Training Anti Cellulite (C.T.A.C.)</b> 17h30 - 18h20	<b>Circuit Training</b> 17h30 - 18h20	
<b>Vélo</b> 18h30 - 19h20	<b>Circuit Boxe</b> 18h30 - 19h20	<b>Vélo</b> 17h30 - 18h20	<b>STEP NIVEAU 1</b> 18h00 - 18h50		<b>Body sculpt</b> 18h30 - 19h20	
<b>Circuit Training</b> 18h30 - 19h20	<b>STEP NIVEAU 2</b> 18h30 - 19h20	<b>Vélo</b> 18h30 - 19h20	<b>YOGA COURS PREMIUM</b> 18h00 - 19h20	<b>Cuisses Abdos Fessiers</b> 18h30 - 19h20		
<b>HATHA YOGA</b> 18h30 - 19h20	<b>Circuit Training</b> 18h30 - 19h20	<b>Sac de frappe</b> 18h30 - 19h20	<b>Cuisses Abdos Fessiers</b> 18h00 - 18h50	<b>SELF DEFENSE COURS PREMIUM</b> 18h30 - 19h50		
<b>Circuit Training</b> 19h30 - 20h20	<b>Vélo</b> 18h30 - 19h20	<b>Sun Dance</b> 18h30 - 19h20	<b>Circuit Training</b> 18h30 - 19h20	<b>Circuit Training</b> 18h30 - 19h20		
	<b>HATHA YOGA</b> 19h00 - 19h50	<b>STEP NIVEAU 1</b> 19h30 - 20h20	<b>Cardio</b> 19h00 - 19h50	<b>Circuit Training</b> 19h30 - 20h20		
	<b>Circuit Training</b> 19h30 - 20h20		<b>AERODANCE NIVEAU 1</b> 19h00 - 19h50	<b>Body sculpt</b> 19h30 - 20h20		

**AERODANCE  
NIVEAU 2**  
19h30 - 20h20

**Circuit  
Training**  
19h30 - 20h20

**Circuit  
Training  
Anti  
Cellulite  
(C.T.A.C.)**  
19h30 - 20h20