Du 08/04 au 14/04

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Circuit Training 06h45 - 07h35	**SUSPENSION TRAINING 50'** 06h45 - 07h35	**Circuit Training** 06h45 - 07h35	**Circuit Training** 06h45 - 07h35	**Tapis de course** 06h45 - 07h35	**Morning Yoga** 09h00 - 09h25	**BABY GYM 2 ans et demi à 4 ans** 09h30 - 10h20
Morning Yoga 09h30 - 09h55	**Body sculpt haut du corps** 09h30 - 09h55	**ABDOS PILATES** 09h00 - 09h25	**Abdos** 09h30 - 09h55	**Body sculpt haut du corps** 09h00 - 09h25	**Body sculpt** 09h30 - 10h20	**Cuisses Abdos Fessiers** 09h30 - 10h20
Vélo 09h30 - 09h55	**Cuisses Abdos Fessiers** 10h00 - 10h50	**GYM BALL** 09h30 - 10h20	**GYM BALL** 09h30 - 09h55	**Cuisses Abdos Fessiers** 09h30 - 10h20	**Tapis de course** 09h30 - 10h20	**SUSPENSION TRAINING 50'** 09h30 - 10h20
Body sculpt 10h00 - 10h50	**Pilates** 10h00 - 10h50	**Kid Sport 4 à 8 ans** 09h30 - 10h20	**Circuit Training** 10h00 - 10h50	**VINYASA YOGA** 09h30 - 10h20	**VINYASA YOGA** 09h30 - 10h20	**Kid Sport 4 à 8 ans** 10h30 - 11h20
Corde à sauter 10h00 - 10h25	**YIN YOGA** 11h00 - 11h25	**Vélo** 09h30 - 10h20	**Pilates** 10h00 - 10h50	**Circuit Training** 10h00 - 10h50	**BABY GYM 2 ans et demi à 4 ans** 10h30 - 11h20	**Step débutant/inter** 10h30 - 11h20
Pilates 10h00 - 10h50	**MEDITATION** 11h30 - 11h55	**BABY GYM 2 ans et demi à 4 ans** 10h30 - 11h20	**STRETCH et RECUP** 11h00 - 11h25	**STRETCH et RECUP** 10h30 - 11h20	**SUSPENSION TRAINING 50'** 10h30 - 11h20	**VINYASA YOGA** 10h30 - 11h20
SUSPENSION TRAINING 50' 10h30 - 10h55	**ABDOS CIRCUIT** 12h00 - 12h25	**Cuisses Abdos Fessiers** 10h30 - 11h20	**MEDITATION** 11h30 - 11h55	**Abdos** 12h00 - 12h25	**Vélo** 10h30 - 11h20	**Vélo** 10h30 - 11h20
Fit classique 11h00 - 11h50		**Fit'Yoga** 10h30 - 11h20	**Abdos** 12h00 - 12h25		**Circuit Training** 11h30 - 12h20	**Body sculpt** 11h30 - 12h20
STRETCH et RECUP 11h00 - 11h25		**STRETCH et RECUP** 11h30 - 11h55	**Mobilité & Yoga** 12h00 - 12h25		**Cuisses Abdos Fessiers** 11h30 - 12h20	**Circuit Training** 11h30 - 12h20
Abdos 12h00 - 12h25						

		Abdos 12h00 - 12h25			**Kid Sport 4 à 8 ans** 11h30 - 12h20	**Pilates** 11h30 - 12h20
					Pilates 11h30 - 12h20	**STRETCH et RECUP** 11h30 - 12h20
Cardio Boxe 12h30 - 13h20	**Barre Training** 12h30 - 13h20	**Circuit Training** 12h30 - 13h20	**Natural Training** 12h30 - 13h20	**Body sculpt** 12h30 - 13h20	**ABDOS CIRCUIT** 12h30 - 12h55	**ABDOS CIRCUIT** 12h30 - 12h55
Circuit Training 12h30 - 13h20	**CHALLENGE** 12h30 - 13h20	**Cuisses Abdos Fessiers** 12h30 - 13h20	**SUSPENSION TRAINING 50'** 12h30 - 13h20	**Circuit Training** 12h30 - 13h20	**Hatha & Yin Yoga** 12h30 - 13h20	
Cuisses Abdos Fessiers 12h30 - 13h20	**Sun Dance** 12h30 - 13h20	**Trampo** 12h30 - 13h20	**VINYASA YOGA** 12h30 - 13h20	**Pilates** 12h30 - 13h20		
Pilates 12h30 - 13h20	**VINYASA YOGA** 12h30 - 13h20	**Vélo** 12h30 - 13h20	**Vélo** 12h30 - 13h20	**Vélo** 12h30 - 13h20		
Vélo 12h30 - 13h20	**Vélo** 12h30 - 13h20					
Circuit Training 15h00 - 15h50	**Body sculpt** 14h30 - 15h20	**Pilates** 15h00 - 15h50	**Body sculpt** 15h00 - 15h50	**GYM BALL** 15h00 - 15h50	**CHALLENGE** 16h00 - 16h50	**Circuit Training** 17h00 - 17h50
ABDOS CIRCUIT 17h00 - 17h25	**Body sculpt haut du corps** 17h00 - 17h25	**Abdos** 17h00 - 17h25		**Cuisses Abdos Fessiers** 16h00 - 16h50		**Pilates** 17h00 - 17h50
Pilates 17h00 - 17h50		**Aérodance débutant/inter** 17h00 - 17h50		**Pilates** 17h00 - 17h50		

Body sculpt 17h30 - 18h20	**ABDOS PILATES** 17h30 - 17h55	**Circuit Training** 17h30 - 17h55	**ABDOS CIRCUIT** 17h30 - 17h55	**Abdos** 17h30 - 17h55	**Cuisses Abdos Fessiers** 18h00 - 18h50
Circuit Training 17h30 - 18h20	**Cuisses Abdos Fessiers** 17h30 - 18h20	**Natural Training** 17h30 - 17h55	**ABDOS PILATES** 17h30 - 17h55	**Tapis de course** 17h30 - 17h55	
Corde à sauter 17h30 - 17h55	**Step débutant/inter** 17h30 - 18h20	**PILATES & STRETCHING** 17h30 - 18h20	**Aérodance débutant/inter** 17h30 - 18h20	**Circuit Training** 18h00 - 18h50	
Mobilité & Yoga 18h00 - 18h25	**Tapis de course** 17h30 - 17h55	**Vélo** 17h30 - 17h55	**Barre Training** 17h30 - 17h55	**HATHA YOGA** 18h00 - 18h50	
Step intermédiaire 18h00 - 18h50	**Vélo** 17h30 - 18h20	**Body sculpt haut du corps** 18h00 - 18h25	**CHALLENGE** 18h00 - 18h50	**Sac de frappe** 18h00 - 18h50	
Vélo 18h00 - 18h25	**ABDOS CIRCUIT** 18h00 - 18h25	**Step débutant/inter** 18h00 - 18h50	**Cuisses Abdos Fessiers** 18h00 - 18h50	**Trampo** 18h00 - 18h50	
Circuit Training 18h30 - 19h20	**Pilates** 18h00 - 18h50	**Tapis de course** 18h00 - 18h25	**VINYASA YOGA** 18h00 - 18h50	**Boxe Thaï 80'** 19h00 - 20h20	
Cuisses Abdos Fessiers 18h30 - 19h20	**Aérodance avancé** 18h30 - 19h20	**Vélo** 18h00 - 18h50	**Vélo** 18h00 - 18h50	**CHALLENGE** 19h00 - 19h50	
VINYASA YOGA 18h30 - 19h20	**Circuit Training** 18h30 - 19h20	**ABDOS CIRCUIT** 18h30 - 18h55	**Step avancé** 18h30 - 19h20	**Step intermédiaire** 19h00 - 19h50	
Vélo 18h30 - 19h20	**Natural Training** 18h30 - 19h20	**Body sculpt bas du corps** 18h30 - 18h55	**Cardio Boxe** 19h00 - 19h50	**Salsa** 20h00 - 20h50	
Aérodance			**Pilates** 19h00 - 19h50	**BACHATA** 21h00 - 21h50	

intermédiaire

19h00 - 19h50

CHALLENGE

19h30 - 20h20

HATHA YOGA

19h30 - 20h20

Natural Training

19h30 - 19h55

Trampo

20h00 - 20h50

Tapis de course

20h30 - 20h55

Vélo

18h30 - 19h20

GYM BALL

19h00 - 19h50

CHALLENGE

19h30 - 20h20

Cardio Boxe

19h30 - 20h20

Step avancé

19h30 - 20h20

ABDOS CIRCUIT

20h30 - 20h55

VINYASA YOGA

18h30 - 19h20

Circuit Training

19h00 - 19h50

Cuisses Abdos Fessiers

19h00 - 19h50

Sun Dance

19h00 - 19h50

YIN YOGA

19h30 - 20h20

CHALLENGE

20h00 - 20h50

Tapis de course

19h00 - 19h25

Aérodance avancé

19h30 - 20h20

Circuit Training

19h30 - 20h20

STRETCH et RECUP

20h00 - 20h25