

Du 10/08 au 16/08

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Circuit Training 07h15 - 08h05	Circuit Training 07h15 - 08h05	Vélo 07h15 - 08h05	Body Sculpt haut du corps 09h00 - 09h25	ABDOS CIRCUIT 09h00 - 09h25	HYROX 09h30 - 10h20	Vélo 09h30 - 10h20
Abdos 25' 08h30 - 08h55	Abdos 25' 09h00 - 09h25	Abdos 25' 09h00 - 09h25	Circuit Training 09h30 - 10h20		Circuit Training 10h30 - 11h20	Circuit Training 10h30 - 11h20
Body sculpt 09h00 - 09h50	Body sculpt 09h30 - 10h20	Pilates 09h30 - 10h20	Cuisses Abdos Fessiers 09h30 - 10h20		Pilates 11h30 - 12h20	Vélo 10h30 - 11h20
	Circuit Training 10h30 - 11h20	Sun Dance 09h30 - 10h20	Pilates 09h30 - 10h20			STRETCH et RECUP' 25 11h30 - 12h20
	Pilates 10h30 - 11h20	Body sculpt 10h30 - 11h20	Pilates 09h30 - 10h20			
	Step Débutant/in termédiaire 10h30 - 11h20	Vélo 10h30 - 11h20	Body sculpt 10h30 - 11h20			
	Abdos 25' 12h00 - 12h25		Vélo 10h30 - 11h20			
			STRETCH et RECUP' 25 11h30 - 11h55			

Barre Training 12h30 - 13h20	Natural Training 12h30 - 13h20	Body sculpt 12h30 - 13h20	Circuit Training 12h30 - 13h20
Circuit Training 12h30 - 13h20	Pilates 12h30 - 13h20	Circuit Training 12h30 - 13h20	
Vélo 12h30 - 13h20	Vélo 12h30 - 13h20	Vélo 12h30 - 13h20	

Body sculpt 17h30 - 18h20	Vélo 17h30 - 18h20	Vélo 18h30 - 19h20	CHALLENGE 17h30 - 18h20	Vélo 18h30 - 19h20
Cardio Boxe 18h30 - 19h20			Circuit Training 18h30 - 19h20	
Cuisses Abdos Fessiers 19h30 - 20h20			STRETCH et RECUP' 25 19h30 - 19h55	

Circuit Training 17h30 - 18h20
--

Vélo 18h30 - 19h20
