

Du 24/08 au 30/08

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
<b>Circuit Training</b> 07h15 - 08h05	<b>Circuit Training</b> 07h15 - 08h05	<b>Vélo</b> 07h15 - 08h05	<b>Body Sculpt haut du corps</b> 09h00 - 09h25	<b>ABDOS CIRCUIT</b> 09h00 - 09h25	<b>HYROX</b> 09h30 - 10h20	<b>Vélo</b> 09h30 - 10h20
<b>Abdos 25'</b> 08h30 - 08h55	<b>Abdos 25'</b> 09h00 - 09h25	<b>Abdos 25'</b> 09h00 - 09h25	<b>Circuit Training</b> 09h30 - 10h20		<b>Circuit Training</b> 10h30 - 11h20	<b>STRETCH et RECUP' 25</b> 11h30 - 12h20
<b>Body sculpt</b> 09h00 - 09h50	<b>Body sculpt</b> 09h30 - 10h20	<b>Pilates</b> 09h30 - 10h20	<b>Cuisses Abdos Fessiers</b> 09h30 - 10h20			
	<b>Circuit Training</b> 10h30 - 11h20	<b>Sun Dance</b> 09h30 - 10h20	<b>Pilates</b> 09h30 - 10h20			
	<b>Pilates</b> 10h30 - 11h20	<b>Body sculpt</b> 10h30 - 11h20				
	<b>Abdos 25'</b> 12h00 - 12h25	<b>Vélo</b> 10h30 - 11h20				
	<b>Barre Training</b> 12h30 - 13h20	<b>Natural Training</b> 12h30 - 13h20	<b>Vélo</b> 12h30 - 13h20			
	<b>Circuit Training</b> 12h30 - 13h20	<b>Vélo</b> 12h30 - 13h20				

**Vélo**

12h30 - 13h20

**Cardio Boxe**

18h30 - 19h20

**Vélo**

17h30 - 18h20

**Vélo**

18h30 - 19h20

**STRETCH et  
RECUP' 25**

19h30 - 19h55

**Circuit  
Training**

17h30 - 18h20

**Cuisses  
Abdos  
Fessiers**

19h30 - 20h20

**Vélo**

18h30 - 19h20