

Du 07/09 au 13/09

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

Dimanche

**Circuit Training**

07h15 - 08h05

**Vélo**

07h15 - 08h05

**Body Sculpt haut du corps**

09h00 - 09h25

**Circuit Training**

10h30 - 11h20

**Abdos 25'**

09h00 - 09h25

**Abdos 25'**

09h00 - 09h25

**Circuit Training**

09h30 - 10h20

**Body sculpt**

09h30 - 10h20

**Pilates**

09h30 - 10h20

**Cuisses Abdos Fessiers**

09h30 - 10h20

**Circuit Training**

10h30 - 11h20

**Sun Dance**

09h30 - 10h20

**Pilates**

09h30 - 10h20

**Pilates**

10h30 - 11h20

**Body sculpt**

10h30 - 11h20

**Vélo**

10h30 - 11h20

**Abdos 25'**

12h00 - 12h25

**Barre Training**

12h30 - 13h20

**Natural Training**

12h30 - 13h20

**Vélo**

12h30 - 13h20

**Circuit Training**

12h30 - 13h20

**Vélo**

12h30 - 13h20

**Vélo**

12h30 - 13h20

**STRETCH et  
RECUP' 25**

19h30 - 19h55