

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
09H30-10H15 <b>C.A.F</b>	10h30-11h30 <b>YOGA</b>	10h00-10h45 <b>C.A.F</b>	09h30-10h30 <b>BODY-SCULPT</b>	09h00-10h00 <b>BODY-PUMP</b>	09h30-10H45 <b>YOGA</b>	10h30-11h15 <b>CIRCUIT-TRAINING</b>
10h15-11h00 <b>ZUMBA</b>		10h45-11h30 <b>PILATES</b>	10h30-11h15 <b>L.I.A</b>	10h00-10h45 <b>STEP</b>	10h45-11h30 <b>PILATES/QI GONG*</b>	11h15-12h00 <b>STEP</b>
11h00-11h30 <b>STRETCHING</b>	12h30-13h30 <b>PILOXING</b>	11h30-12h30 <b>BARRE AU SOL</b>	11h15-12h00 <b>STRETCHING</b>	10h45-11h30 <b>BODY-SCULPT</b>	11h30-12h30 <b>ZUMBA</b>	12h00-12h30 <b>STRETCHING</b>
12h30-13h30 <b>LADY- BOXING</b>	13h30-14h15 <b>GYM ZEN</b>		12h30-13h30 <b>BODY-SCULPT</b>	11h30-12h00 <b>GYM ZEN</b>	12h30-13h15 <b>ABDOS-FESSIERS</b>	
			13h30-14h15 <b>STRETCHING</b>	12h30-13h30 <b>BARRE AU SOL</b>	15h30-16h30 <b>BOXE</b>	
18h00-18h30 <b>BODY- SCULPT</b>	18h00-18h45 <b>BODY-PUMP</b>	18h15-19h00 <b>PILATES</b>	18h00-18H45 <b>INTERVALLE- TRAINING</b>	18h00-19h00 <b>BODY-PUMP</b>	<u>HORAIRE</u> <u>D'OUVERTURE:</u>	
18h30-19h15 <b>STEP</b>	18h45-19h30 <b>PILATES</b>	19h00-19h45 <b>BODY-CARDIO</b>	18h45-19h30 <b>BODY-PUMP</b>	19h00-20h00 <b>PILATES</b>	<u>Lundi au</u> <u>vendredi:</u> 08h00-21h30	
19h15-20h00 <b>L.I.A</b>	19h30-20h15 <b>STEP by ZENA</b>	19h45-20h00 <b>ABDOS-FLASH</b>	19h30-20h30 <b>ZUMBA</b>	20h00-21h00 <b>YOGA</b>	<u>Samedi:</u> 09h00-18h00	
20h00-21h00 <b>BARRE AU SOL</b>	20h15-21h15 <b>L.I.A</b>	20h00-21h00 <b>ZUMBA</b>	20h30-21h15 <b>LADY-BOXING</b>		<u>Dimanche:</u> 10h00-14h00	