

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
	HATHA YOGA 10h à 10h45	FITNESS 360° 10h à 10h45			YOGA VINYASA 11h à 11h45
GYM DOUCE 11h à 11h45	YOGA PRÉNATAL 11h à 11h45	GYM SILHOUETTE 11h à 11h45	POSTURE & EQUILIBRE 11h à 11h45	GYM DOUCE 11h à 11h45	
GYM SILHOUETTE 12h à 12h45	GYM DOUCE 12h à 12h45	RENFORCEMENT DU DOS 12h à 12h45	STRETCHING 12h à 12h45	POSTURE & EQUILIBRE 12h à 12h45	
POSTURE & EQUILIBRE 13h à 13h45	TOTAL BODY 13h à 13h45	CIRCUIT TRAINING 13h à 13h45	TOTAL BODY 13h à 13h45	RENFORCEMENT DU DOS 13h à 13h45	
STRETCHING 14h à 14h45	RENFORCEMENT DU DOS 14h à 14h45	GYM SILHOUETTE 14h à 14h45	OXYGENATION 14h à 14h45	GYM DOUCE 14h à 14h45	
GYM SILHOUETTE 17h à 17h45	GYM SILHOUETTE 17h à 17h45	RENFORCEMENT DU DOS 17h à 17h45	YOGA VINYASA 17h à 17h45	CIRCUIT TRAINING 17h à 17h45	
CIRCUIT TRAINING 18h à 18h45		FITNESS 360° 18h à 18h45	GYM DOUCE 18h15 à 19h		
YOGA VINYASA 19h	AQUAGYM ESSENTIELLE 19h	POSTURE & EQUILIBRE 19h	AQUAGYM ESSENTIELLE 19h	GYM SILHOUETTE 19h à 19h45	AQUAGYM ESSENTIELLE 19h