



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
8H	Abdos Fessiers 8h45 / 30 min S2V	Abdos Fessiers 8h30 / 30 min S2V					
9H	TRX 9h15 / 45 min FZV	Poitrine Bras Dos 9h00 / 30 min S2V					Culture Physique 9h45 / 45 min S2V
		Body Pump 9h30 / 45 min S2V					
10H	Poitrine Bras Dos 10h00 / 30 min S2V	Yoga 10h00 / 60 min SRV	Gym Silver Tonic 10h30 / 60 min S2V			Body Pump 10h15 / 45 min S2V	Body Pump 10h30 / 60 min S2V
	Stretching 10h30 / 30 min S2V	Stretching 10h15 / 45 min S2V				Cross Training 10h30 / 60 min FZV	
		Cross Training 10h45 / 45 min FZV					
11H	Culture Physique 11h00 / 45 min S2V			Poitrine Bras Dos 11h00 / 30 min S2V	Culture Physique 11h15 / 45 min S2V	Modern Jazz 11h00 / 60 min S2V	RPM 11h30 / 60 min SRV
				Pilates intermédiaire 11h15 / 60 min S1V		Bike 11h15 / 60 min SRV	
				Abdos Fessiers 11h30 / 30 min S2V		Cross Training 11h30 / 60 min FZV	
12H	Cross Training 12h00 / 45 min FZV	Abdos Fessiers 12h00 / 30 min S2V	Cross Training 12h15 / 60 min FZV	Stretching 12h00 / 30 min S2V	Poitrine Bras Dos 12h00 / 30 min S2V	Barre au Sol 12h00 / 60 min S2V	Cuisses Abdos Fessiers 12h30 / 45 min S2V
	Pilates intermédiaire 12h15 / 45 min S1V	RPM 12h30 / 45 min SRV	Capoeira 12h30 / 60 min SRV	RPM 12h15 / 60 min SRV	TRX 12h15 / 45 min FZV	Cuisses Abdos Fessiers 12h15 / 45 min SRV	
	Poitrine Bras Dos 12h30 / 30 min S2V			Culture Physique 12h30 / 45 min S2V	RPM 12h30 / 45 min SRV	TRX 12h30 / 60 min FZV	
	RPM 12h45 / 60 min SRV				Yoga 12h30 / 60 min S2V		
13H	Pilates débutant 13h00 / 45 min S1V	TRX 13h15 / 45 min FZV			Cross Training 13h00 / 45 min FZV	Krav Maga 13h00 / 90 min S2V	Stretching 13h15 / 30 min S2V
	TRX 13h00 / 45 min FZV				Abdos Fessiers 13h15 / 30 min SRV	Stretching 13h00 / 30 min SRV	
14H						Capoeira 14h00 / 60 min SRV	Abdos Fessiers 14h30 / 30 min S2V
15H						Boxe Thaïlandaise 15h00 / 60 min FZV	Poitrine Bras Dos 15h00 / 30 min S2V
							Stretching 15h30 / 30 min S2V
17H				Yoga 17h00 / 60 min S1V			

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	DIMANCHE
18H	Cross Training 18h00 / 60 min FZV	Pilates débutant 18h00 / 60 min S1V	Abdos Fessiers 18h00 / 30 min S1V	Culture Physique 18h15 / 45 min S2V	Abdos Fessiers 18h00 / 30 min S1V		
	RPM 18h00 / 60 min SRV	Barre au Sol 18h45 / 60 min SRV	Pilates débutant 18h30 / 45 min S1V	Cross Training 18h30 / 60 min FZV	TRX 18h30 / 45 min FZV		
	Pilates débutant 18h15 / 45 min S1V	Cross Training 18h45 / 45 min FZV	Boxe Thaïlandaise 18h45 / 60 min FZV		Body Attack 18h45 / 60 min SRV		
	Boxe Thaïlandaise 18h45 / 60 min S2V	Krav Maga 18h45 / 75 min S2V					
19H	Pilates intermédiaire 19h00 / 60 min S1V	Pilates intermédiaire 19h00 / 60 min S1V	Body Pump 19h00 / 60 min S2V	Trampoline 19h00 / 45 min S2V	Body Pump 19h15 / 45 min S2V		
	Poitrine Bras Dos 19h00 / 30 min SRV	Cross Training 19h30 / 45 min FZV	Pilates intermédiaire 19h15 / 60 min S1V	TRX 19h30 / 45 min FZV	Stretching 19h45 / 30 min SRV		
	TRX 19h00 / 45 min FZV			RPM 19h45 / 60 min SRV			
	Abdos Fessiers 19h30 / 30 min SRV						
	Cross Training 19h45 / 60 min FZV						
20H	Culture Physique 20h00 / 45 min S1V	Body Pump 20h15 / 60 min S2V	Body Attack 20h00 / 60 min SRV	Cross Training 20h15 / 60 min FZV	Pilates intermédiaire 20h00 / 60 min S1V		
	Yoga 20h00 / 60 min SRV	Yoga 20h30 / 60 min SRV	Modern Jazz 20h00 / 75 min S2V	Abdos Fessiers 20h45 / 30 min SRV			
			Cross Training 20h15 / 60 min FZV				
21H		Abdos Fessiers 21h15 / 30 min S2V		Boxe Thaïlandaise 21h30 / 60 min FZV			

S2V : Studio 2 Versailles **FZV** : Functional Zone Versailles **S1V** : Studio 1 Versailles **SRV** : Studio RPM Versailles