

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
	<b>MATIN</b>						
9H	<b>Culture Physique</b> 9h30 / 45 min					<b>Pilates Mat (Débutant)</b> 9h30 / 60 min	
10H	<b>Gym Douce</b> 10h15 / 60 min	<b>Body Zen</b> 10h15 / 60 min				<b>Pilates Mat (Intermédiaire)</b> 10h30 / 45 min	<b>Body Zen</b> 10h00 / 60 min
11H		<b>Boot Camp</b> 11h15 / 60 min				<b>Body Sculpt</b> 11h15 / 45 min	<b>Abdos Fessiers</b> 11h00 / 30 min
		<b>Pilates Mat (Débutant)</b> 11h45 / 45 min					<b>Poitrine Bras Dos</b> 11h30 / 30 min
	<b>MIDI</b>						
12H	<b>Abdos Fessiers</b> 12h00 / 30 min	<b>Circuit Training</b> 12h15 / 60 min	<b>Culture Physique</b> 12h00 / 45 min	<b>Body Zen</b> 12h15 / 60 min	<b>Cuisses Abdos Fessiers</b> 12h15 / 30 min	<b>Stretching</b> 12h00 / 30 min	<b>Body Fight</b> 12h00 / 60 min
	<b>Body Barre</b> 12h30 / 45 min	<b>Pilates Mat (Intermédiaire)</b> 12h30 / 45 min	<b>Body Cardio</b> 12h45 / 60 min		<b>Body Barre</b> 12h45 / 60 min		
13H	<b>Boot Camp</b> 13h15 / 45 min		<b>Stretching</b> 13h45 / 30 min	<b>Pilates</b> 13h15 / 45 min	<b>Abdos Fessiers</b> 13h45 / 30 min		
	<b>APRES-MIDI / SOIR</b>						
16H						<b>Body Cardio</b> 16h30 / 60 min	
17H				<b>Circuit Boxing</b> 17h30 / 30 min	<b>Abdos Fessiers</b> 17h30 / 30 min	<b>Stretching</b> 17h30 / 30 min	
18H	<b>Abdos Fessiers</b> 18h00 / 30 min	<b>Body Barre</b> 18h00 / 60 min	<b>Pilates Mat (Débutant)</b> 18h15 / 60 min	<b>Circuit Boxing</b> 18h00 / 60 min	<b>Poitrine Bras Dos</b> 18h00 / 30 min		
	<b>Poitrine Bras Dos</b> 18h30 / 30 min				<b>Body Barre</b> 18h30 / 60 min		
19H	<b>Body Barre</b> 19h00 / 60 min	<b>Total Body Conditioning</b> 19h00 / 60 min	<b>Body Sculpt</b> 19h15 / 45 min	<b>Salsa</b> 19h00 / 90 min	<b>Sh'Bam</b> 19h30 / 60 min		
20H	<b>Boot Camp</b> 20h00 / 45 min	<b>Yoga</b> 20h00 / 90 min	<b>Pilates Mat (Intermédiaire)</b> 20h00 / 45 min	<b>Kizomba</b> 20h30 / 90 min			