

## ADRESSE

226, BD RASPAIL  
PARIS 14<sup>ÈME</sup>  
TÉL : 01 43 21 14 40

## HORAIRES D'OUVERTURE

LUNDI AU VENDREDI : 7H – 22H30  
SAMEDI & DIMANCHE : 9H – 19H

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
	<b>MATIN</b>						
9H	<b>Culture Physique S1</b> 9h30 / 45 min		<b>Body Balance S1</b> 9h00 / 60 min	<b>Culture Physique S1</b> 9h30 / 45 min	<b>Pilates Mat (Intermédiaire) S1</b> 9h00 / 60 min	<b>Body Pump S1</b> 9h30 / 60 min	
10H	<b>Abdos Taille S1</b> 10h15 / 30 min		<b>Culture Physique S1</b> 10h00 / 30 min	<b>Cuisses Abdos Fessiers S1</b> 10h15 / 45 min	<b>Pilates Mat (Débutant) S1</b> 10h00 / 45 min	<b>Abdos Fessiers S1</b> 10h30 / 30 min	<b>Body Balance S1</b> 10h00 / 45 min
	<b>Cuisses Abdos Fessiers S1</b> 10h45 / 30 min		<b>Abdos Taille S1</b> 10h30 / 30 min		<b>Pilates Mat (Débutant) S1</b> 10h45 / 45 min		<b>Poitrine Bras Dos S1</b> 10h45 / 45 min
11H	<b>Stretching S1</b> 11h15 / 30 min		<b>Stretching S1</b> 11h00 / 30 min	<b>Stretching S1</b> 11h00 / 30 min	<b>Abdos Fessiers S1</b> 11h45 / 30 min	<b>Stretching S1</b> 11h00 / 30 min	<b>Abdos Fessiers S1</b> 11h30 / 30 min
			<b>Cuisses Abdos Fessiers S1</b> 11h30 / 45 min	<b>Body Balance S1</b> 11h30 / 60 min		<b>RPM S2</b> 11h30 / 60 min	
	<b>MIDI</b>						
12H	<b>Abdos Fessiers S1</b> 12h15 / 30 min	<b>Yoga S1</b> 12h00 / 60 min	<b>Body Pump S1</b> 12h15 / 45 min	<b>Bike S2</b> 12h30 / 60 min	<b>Body Pump S1</b> 12h15 / 60 min		<b>Pilates Mat (Débutant) S1</b> 12h00 / 45 min
	<b>Step (Débutant) S1</b> 12h45 / 45 min				<b>RPM S2</b> 12h30 / 60 min		<b>RPM S2</b> 12h15 / 60 min
13H		<b>Zumba S1</b> 13h00 / 60 min	<b>RPM S2</b> 13h00 / 60 min		<b>Total Body Conditioning S1</b> 13h15 / 45 min		<b>Pilates Mat (Intermédiaire) S1</b> 12h45 / 45 min
							<b>Body Pump S1</b> 13h30 / 60 min

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE

## APRES-MIDI / SOIR

14H										<b>Culture Physique S1</b> 14h30 / 45 min
15H										<b>Abdos Fessiers S1</b> 15h15 / 30 min
										<b>Stretching S1</b> 15h45 / 30 min
18H	<b>Pilates Mat (Débutant) S1</b> 18h00 / 60 min	<b>Cuisses Abdos Fessiers S1</b> 18h00 / 45 min	<b>Culture Physique S1</b> 18h30 / 45 min						<b>Body Pump S1</b> 18h00 / 60 min	
		<b>Poitrine Bras Dos S1</b> 18h45 / 30 min								
19H	<b>Culture Physique S1</b> 19h00 / 45 min	<b>Body Balance S1</b> 19h15 / 60 min	<b>RPM S2</b> 19h00 / 60 min	<b>Body Pump S1</b> 19h00 / 60 min				<b>Body Balance S1</b> 19h00 / 45 min		
	<b>Step (Intermédiaire) S1</b> 19h45 / 45 min		<b>Body Attack S1</b> 19h15 / 60 min					<b>RPM S2</b> 19h45 / 60 min		
								<b>Yoga S1</b> 19h45 / 60 min		
20H	<b>Abdos Fessiers S1</b> 20h30 / 30 min	<b>RPM S2</b> 20h15 / 60 min	<b>Trampoline S1</b> 20h15 / 45 min	<b>Body Attack S1</b> 20h00 / 60 min						
21H	<b>Body Pump S1</b> 21h00 / 60 min									

**ADRESSE**

226, BD RASPAIL  
PARIS 14<sup>ÈME</sup>  
TÉL : 01 43 21 14 40

**HORAIRES D'OUVERTURE**

LUNDI AU VENDREDI : 7H – 22H30  
SAMEDI & DIMANCHE : 9H – 19H

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
	<b>MIDI</b>						
13H						<b>Modern Jazz</b> (Niveau 1) S1 13h45 / 60 min	
	<b>APRES-MIDI / SOIR</b>						
14H						<b>Modern Jazz</b> (Niveau 2) S1 14h45 / 60 min	
17H		<b>Modern Jazz</b> (Niveau 1) S1 17h00 / 60 min		<b>Modern Jazz</b> (Niveau 1) S1 17h00 / 60 min			