

# PLANNING DES COURS COLLECTIFS

Salle de cours 1  
Salle de cours 2

Semaine du 09 Août au 15 Août

|          |       | MATIN                     |       |       | MIDI  |       | SOIR                         |                         |       |
|----------|-------|---------------------------|-------|-------|-------|-------|------------------------------|-------------------------|-------|
|          |       | 9h00                      | 10h00 | 11h00 | 12h00 | 13h00 | 18h00                        | 19h00                   | 20h00 |
| Lundi    | 7h30  | Bodysculpt<br>9h15 (55')  |       |       |       |       | Core training<br>18h15 (40') | Bodypump<br>19h00 (55') |       |
|          | I     |                           |       |       |       |       |                              |                         |       |
| Mardi    | 21h30 |                           |       |       |       |       |                              |                         |       |
|          | 7h30  |                           |       |       |       |       |                              |                         |       |
| Mardi    | I     |                           |       |       |       |       |                              |                         |       |
|          | 21h30 |                           |       |       |       |       |                              | Spinning<br>19h00 (55') |       |
| Mercredi | 7h30  | Bodybalance<br>9h15 (55') |       |       |       |       | Bodybalance<br>18h00 (55')   | HIIT<br>19h00 (30')     |       |
|          | I     |                           |       |       |       |       |                              |                         |       |
| Mercredi | 21h30 |                           |       |       |       |       |                              |                         |       |
|          | 7h30  |                           |       |       |       |       | Bodypump<br>18h00 (55')      | Bodypump<br>19h00 (55') |       |
| Jeudi    | I     |                           |       |       |       |       |                              |                         |       |
|          | 21h30 |                           |       |       |       |       |                              |                         |       |
| Vendredi | 7h30  |                           |       |       |       |       |                              |                         |       |
|          | I     |                           |       |       |       |       |                              |                         |       |
| Vendredi | 21h30 |                           |       |       |       |       |                              |                         |       |
| Samedi   | 8h00  |                           |       |       |       |       |                              |                         |       |
|          | I     |                           |       |       |       |       |                              |                         |       |
| Samedi   | 17h00 |                           |       |       |       |       |                              |                         |       |
|          | 8h00  |                           |       |       |       |       |                              |                         |       |
| Dimanche | I     |                           |       |       |       |       |                              |                         |       |
|          | 17h00 |                           |       |       |       |       |                              |                         |       |