

PLANNING DES COURS

Salle de cours 1
 Salle de cours 2

Semaine du 18 au 24 aout

MATIN

MIDI

SOIR

	9h00	10h00	11h00	12h00	13h00	18h00	19h00	20h00	21h00
Lundi 7h00 21h30		Bodysculpt 9h15 (55')							
					Cross Tr. 12h30 (30')		Pump-E 19h00 (55')		
Mardi 7h00 21h30		Pilates 9h15 (55')				Fit Dance Latino 18h00 (55')	Yoga 19h00 (1'15)		
							Spinning 19h00 (55')		
Mercredi 7h00 21h30		Bodybalance 9h15 (55')				Bodybalance 18h00 (55')	HIIT 19h00 (30')		
							TRX 19h30 (30')		
Jeudi 7h00 21h30		Core Stretching 9h15 (55')				Pump-E 18h00 (55')	Bodybalance 19h00 (55')		
Vendredi 7h00 21h30		Cross training 9h15 (45')							
						Spinning 18h00 (55')			
Samedi 8h00 18h00		Cross training 9h15 (45')							
Dimanche 8h00 18h00			Spinning 10h15 (55')						