

9h00	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
10h00	A.F.S	T.B.S ^{45'}	PILATES ₁	C.A.T	BODY'ONE
11h00	PILATES ₁		PILATES 10H:15 FONDA	SÉNIOR Femme enceinte	PILATES ₂
12h30	BODY'ONE	HIIT	PILATES ₁	A.F.S	FIT'BOXE

+ ESPACE VIDEO COURS NON STOP BIKE - ABDOS FESSIERS - STEP - STRETCH

17h30	18h	18h15	18h45	19h15
STEP déb 30'	T.B.S ^{45'}	Stretch 30'	A.F.S ^{45'}	PILATES FONDA
C.A.T	BODY'ONE		BODY'ONE ^{45'}	PILATES ₂
PILATES ₁				PILATES ₁