

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
9H						
10H	9h30 - 10h30 Gym Douce Alexandra			10h00 - 11h00 Gym Douce Alexandra		
11H	10h30 - 11h30 Renfo Musculaire Alexandra			11h00 - 12h00 Pilâtes Alexandra		10h45 - 11h45 Pilâtes Adeline
12H	11h30 - 12h30 Pilâtes Alexandra				12h00 - 12h45 Stretching Adeline	11h45 - 12h45 Pilâtes thérapeutique Adeline
13H					12h45 - 13h30 Renfo Musculaire Adeline	
15H			15h - 16h ZUMBA Eveils Sandrine			
16H			16h15 - 17h15 ZUMBA Kids Adeline			
17H			17h15 - 18h15 ZUMBA Ados Adeline		17h30 - 18h30 Renfo Musculaire Adeline	
18H	17h45 - 18h45 Circuit Training Adeline	17h45 - 18h45 Stretching Adeline	18h30 - 19h30 STEP confirmé Adeline	18h30 - 19h30 Renfo Musculaire Alexandra	18h30 - 19h30 Pilâtes Adeline	
19H	18h45 - 19h45 ZUMBA Adeline	18h45 - 19h45 ZUMBA Adeline	19h30 - 20h30 Pilâtes Adeline	19h30 - 20h30 Renfo Musculaire Alexandra	19h30 - 20h30 ZUMBA Adeline	
20H	19h45 - 20h45 Renfo Musculaire Adeline	19h45 - 20h45 HIIT Adeline	20h30 - 21h30 Pilâtes Adeline	20h30 - 21h30 Yoga/Pilâtes Alexandra		
21H	20h45 - 21h45 STEP débutant /Intermédiaire Adeline	20h45 - 21h45 Circuit Training Adeline				