

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
09h00 - 10h00 MULTI FITNESS		09h00 - 10h00 PILATES		09h00 - 10h00 FULL BODY	09h00 - 10h00 CARDIO FITBALL	
10h00 - 11h00 LIA	10h00 - 11h00 PILATES non débutants	10h00 - 11h00 GYM ENERGY		10h00 - 11h00 FULL BODY	9h00 - 11h00 MN Allure sportive	10h00 - 11h30 MN Tous niveaux
11h00 - 12h00 FULL BODY	11h00 - 12h00 STRECHING	11h00 - 12h00 GYM ZEN	11h00 - 12h00 MULTI ACTIVITES	11h00 - 12h00 GYM DOUCE STRETCHING		
	12h30 - 13h30 FULL BODY		12h30 - 13h30 PILATES			
	13h30 - 14h30 VITALITE DOUCE					
16h30 - 17h30 GYM HOLISTIQUE	14h00 - 15h30 MN Tous niveaux	14h00 - 15h30 DANCE ALL AFRO ZUMBA	14h00 - 15h30 MN Allure soutenue		16h00 - 17h30 STAGE DECOUVERTE	
17h30 - 18h30 QI GONG	18h00 - 19h00 GYM BALANCE	18h00 - 19h00 RENFO CARDIO	18h00 - 19h00 MULTI FITNESS			
18h30 - 19h30 TAI CHI	19h00 - 20h00 PILATES	19h00 - 20h15 AFROKADANCE	19h45 - 20h45 PILATES			
19h30 - 20h00 TAI CHI avancé	20h30 - 21h30 CARDIO FITNESS		21h00 - 22h30 CARDIO ZUMBA			

LEGENDE

CARDIO & FITNESS
BIEN ETRE
PILATES
TAI CHI - QI GONG
MARCHE NORDIQUE
ACCESSIBLE A TOUS