

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9h00 - 10h00 MULTI FITNESS		9h00 - 10h00 PILATES		9h00 - 10h00 FULL BODY	9h00 - 10h00 CARDIO FITBALL	
10h00 - 11h00 LIA	10h00 - 11h00 PILATES non débutants	10h00 - 11h00 GYM ENERGY	10h00 - 11h00 STRETCHING	10h00 - 11h00 FULL BODY	9h00 - 11h00 MARCHE NORDIQUE Allure sportive	10h00 - 11h30 MARCHE NORDIQUE Tous niveaux
11h00 - 12h00 FULL BODY	11h00 - 12h00 STRETCHING	11h00 - 12h00 GYM ZEN	11h00 - 12h00 MULTIACTIVITES	11h00 - 12h00 GYM DOUCE STRETCHING		
	12h30 - 13h30 FULL BODY		12H30 - 13H30 PILATES			
	13h30 - 14h30 VITALITE DOUCE					
16h30 - 17h30 GYM HOLISTIQUE	14h30 - 16h00 Marche Nordique Allure modérée	14h00 - 15h30 BODY MOVE	14h00 - 15h30 MARCHE NORDIQUE Allure soutenue		16h00 - 17h30 STAGE DECOUVERTE	
17h30 - 18h30 QI QONG	18h00 - 19h00 GYM BALANCE	18h00 - 19h00 RENFO CARDIO	18h00 - 19h00 MULTI FITNESS	LEGENDE CARDIO / FITNESS BIEN-ÊTRE PILATES TAI CHI - QI QONG MARCHE NORDIQUE ACCESSIBLE A TOUS		
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			