



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
MATIN	09H15-10H00 CARDIO BRÛLE-GRAISSES	09H15-10H00 C.A.F Cuisses Abdos Fessier	09H15-10H00 PILATES	09H15-10H00 CARDIO BOXE	09H15-10H00 TOTAL BODY	10H15-11H00 PILATES
	10H15-11H00 PILATES	10H15-11H00 GYM DOUCE	10H15-11H00 STRETCHING	10H15-11H00 C.A.F Cuisses Abdos Fessier	10H15-11H15 YOGA	11H15-12H00 CARDIO BRÛLE GRAISSES <i>sem paire</i>
						NEW STEP <i>impaire</i>
MIDI	12H30-13H15 C.A.F Cuisses Abdos Fessier	12H15-13H15 YOGA				
SOIR	17H30-18H15 GYM DOUCE	17H30-18H15 SELF DEFENSE	16H30-17H15 BOXE KIDS	17H30-18H15 GYM DOUCE	18H30-19H15 STRETCHING	
	18H30-19H15 TOTAL BODY	18H30-19H15 PILATES	18H30-19H15 DANSE LATINO	18H30-19H15 PUMP	19H30-20H15 CROSS TRAINING	
	19H30-20H15 BIKING	19H30-20H15 CARDIO BRÛLE-GRAISSES	19H30-20H30 YOGA	19H30-20H15 BOXE sur sac 20H15-21H00 BOXE combat		

CHOISISSEZ VOTRE
TYPE DE COURS :

- DOUX
- CARDIO
- RENFO