

LUNDI ouverture 7H30	MARDI ouverture 7H30	MERCREDI ouverture 7h30	JEUDI ouverture 7H30	VENDREDI ouverture 7H30	SAMEDI ouverture 9H00	DIMANCHE ouverture 10h00
9h00-9h30 (TN) BODY SCULPT			9h00-9h30 (TN) ABDOS FESSIERS		9H30-10H00 (TN) BODY SCULPT	10H30-11H00 (TN) CUISSSES-FESSIERS
9H30-10H00 (TN) STRETCHING	10H00-11H00 (TN) TAF	10H00-11H00 (TN) PILATES	9H30-10H00 (TN) BODY UP		10h00-10h30(TN) ABDOS FESSIERS	11H00-11H30 (TN) 100% ABDOS
					10h30-11h30 (TN) CROSS TRAINING	11H30-12H30 (TN) CARDIO FIT
12h30-13h15 (TN) ABDOS FESSIERS	12H30-13H00 (TN) CARDIO FIT	12H30-13H30 (TN) PUMPING CLASS	12H30-13H30 (TN) PILATES	12H30-13H00 (TN) CUISSSES-FESSIERS	11H30-12H30 (TN) YOGA	12H00-13H00 (TN) PILATES
13H15-13H30 (TN) STRETCHING	13H00-13H30 (TN) BODY UP			13H00-13H30 (TN) 100% ABDOS		
18H00-19H00 BOXE Salle de boxe (résa)	18H00-19H00 BOXE Salle de boxe (résa)			18H00-19H30 BOXE Salle de boxe (résa)		
19h00-20h0 BOXE Salle de boxe (résa)	19h00-20h00 BOXE Salle de boxe (résa)			19h00-20h00 BOXE Salle de boxe (résa)		IN : Tous Niveaux Deb : Débutant I : Intermédiaire
						
19h00-19h30 (TN) ABDOS FESSIERS	18H30-19H15 (TN) BODY SCULPT	18h30-19h15 (TN) CROSS TRAINING	18H30-19H15 (TN) ATF	18h45-19h45 (TN) ZUMBA STEP	DETENTE	
19H30-20H15 (TN) PUMPING CLASS	19H15-20H00 (TN) ACF	19h15-20h00 (TN) BODY SCULPT	19H15-20H00 (TN) PUMPING CLASS		CARDIO	
20h15-21h00 (TN) CROSS TRAINING	20H00-21H00 (TN) ZUMBA	20H00-20H45 (TN) FIT ATTACK	20H00-21H00 (TN) FIT COMBAT		RENFORCEMENT MUSCULAIRE	
Fermeture 22h00	Fermeture 22h00	Fermeture 22h00	Fermeture 22h00	Fermeture 21h30	Fermeture 18h30	Fermeture 16h30