

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
9h00 45' PACK 45	9h00 PILATES	9h00 BODYPUMP		9h00 45' PACK 45	
10h00 CAF	10h00 45' RPM	10h00 ZUMBA	10h00 YOGA	10h00 BODYBALANCE	10h00 BODYPUMP
	11h00 TRX	11h00 STRETCHING	11h00 HAUT CORPS / ABDOS		9h00 CARDIO HIIT
12h30 YOGA	12h30 45' PACK 45	12h30 CAF	12h30 45' CARDIO BOXE ou RPM	12h30 BODYPUMP	
17h30 TRX ou CAF	17h30 BODYPUMP	17h30 CAF	17h30 POWER SCULPT	17h30 YOGA ou TRX	
18h30 45' PACK 45 ou ZUMBA	18h30 BODYBALANCE	18h30 BODYATTACK	18h30 45' RPM	18h30 ZUMBA	
19h30 45' RPM ou STRETCHING	19h00 90' CARDIO BOXE			ou PACK 45 45'	
	19h30 PACK 45	19h30 BODYPUMP	19h30 PILATES	19h00 90' CARDIO BOXE	
				19h30 BODYBALANCE	