





## PLANNING DE COURS COLLECTIFS

	Lundi		Mardi	Mercredi		Jeudi	Vendredi		Samedi
	SALLE DU HAUT	SALLE DU BAS	SALLE DU HAUT	SALLE DU HAUT	SALLE DU BAS	SALLE DU HAUT	SALLE DU HAUT	SALLE DU BAS	
10H									TAI CHI 9H-10H30 initiation 18/09
11H	TONI PILATES 11H-11H45		TRAINING MINCEUR 10H-11H	TONI PILATES 10H-10H45		CAF 10H-10H45		PILATES 11H-11H45	CROSS TRAINING 10H30-11H15
12H30	TONI PILATES 12H30-13H15		TONI STRETCH 11H15-12H00			YOGA STRETCH 11H15-12H00			YOGA  11H15-12H15
			TRAINING MINCEUR 12H30-13H15			PILATES 12h30-13h15	CAF 12H30-13H15		
18H				Activités enfants Zumba Trampo Fit kids 15h30-17h30					
19H				TRAINING DOS BRAS 18H00-18H30		TOTAL GAINAGE 18H15-18H30		YOGA STRETCH 18h30-19h15	
		PILATES 18h15-19h00	BODY BARRE 18H15-19H00	TOTAL GAINAGE 18H30-18H45		TOTAL RENFO 18H30-19H15			
	CAF 19H-19H45	YOGA PILATES 19H15-20H15		STEP 18H45-19H30		ZUMBA 19H15-20H00	TRAMPO RENFO 19H30-20H15		
			AERO DANCE 19H30-20H15		PILATES 19H15-20H15				
						MELANIE	MAGALI	FABIEN	
					MATHIAS	CELINE	FX	DANIEL	

Tous les cours sont assurés à partir de 3 personnes

Salle du bas 