

LUNDI

8h30	OUVERTURE DE LA SALLE
9h00 10h00	BODY SCULPT ÉLODIE / GÉRALDINE
10h00 10h30	STRETCHING POSTURAL ÉLODIE / GÉRALDINE
10h30 11h15	PILATES ÉLODIE / GÉRALDINE

MARDI

8h30	OUVERTURE DE LA SALLE
9h00 9h45	BODY SCULPT ÉLODIE / GÉRALDINE
9h45 10h30	STEP / LIA ÉLODIE / GÉRALDINE
10h30 11h15	BODYBALANCE ÉLODIE / GÉRALDINE

MERCREDI

8h30	OUVERTURE DE LA SALLE
9h00 9h45	PILATES INTER / AVANCÉ STÉPHANIE
9h45 10h30	PILATES FONDAMENTAL STÉPHANIE
10h30 11h15	BODY SCULPT FIT CROSS STÉPHANIE

JEUDI

8h30	OUVERTURE DE LA SALLE
9h00 9h45	DANCE / LIA Leslie / Géraldine
9h45 10h30	BODY SCULPT LESLIE / GÉRALDINE
10h30 11h15	BODYBALANCE Leslie / Géraldine

VENDREDI

8h30	OUVERTURE DE LA SALLE
9h00 10h00	BODY SCULPT ÉLODIE
10h00 10h30	STRETCHING POSTURAL ÉLODIE
10h30 11h15	PILATES BODYBALANCE ÉLODIE

SAMEDI

9h30	OUVERTURE DE LA SALLE
9h45 10h30	BODY COMBAT FIT CROSS GAËLLE / GÉRALDINE
10h30 11h15	BODY SCULPT GAËLLE / GÉRALDINE
11h15 12h00	Pilates Géraldine / Virginie
12h00 12h45	Bodybalance Géraldine / Virginie

LUNDI MARDI MERCREDI JEUDI VENDREDI PAUSE DE 12H À 17H30 ESPACE CARDIO OUVERT DE 12H À 13H30 SUR DEMANDE À L'ACCUEIL

18h00 18h45	BODY SCULPT LESLIE / GÉRALDINE
18h45 19h30	ZUMBA DANCE LIA LESLIE / GÉRALDINE
19h30 20h15	PILATES LESLIE / GÉRALDINE

18h00 18h45	BODY SCULPT GAËLLE / GÉRALDINE
18h45 19h30	BODY ATTACK GAËLLE / GÉRALDINE
19h30 20h15	BODY SCULPT GAËLLE / GÉRALDINE

18h00 18h45	DANCE / LIA LESLIE / GÉRALDINE
18h45 19h30	BODY SCULPT LESLIE / GÉRALDINE
19h30 20h15	PILATES BODYBALANCE LESLIE / GÉRALDINE

18h00 18h45	PILATES GAËLLE / GÉRALDINE
18h45 19h30	BODY COMBAT BODY ATTACK GAËLLE / GÉRALDINE
19h30 20h15	FIT CROSS GAËLLE / GÉRALDINE

18h00 18h45	BODY SCULPT ELODIE
18h45 19h30	STRETCHING BODYBALANCE ELODIE

DIMANCHE

9h30	OUVERTURE 9H30 - 11H30
10h00 10h45	BODY ATTACK FIT CROSS GÉRALDINE
10h45 11h30	BODY SCULPT GÉRALDINE

S 1 SEMAINE SUR 2

LUNDI MARDI MERCREDI JEUDI FERMETURE 20H30

VENDREDI FERMETURE 19H30