

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
9h30 10h30	Body-Pump	<i>Yoga</i>	<i>Spécial Femmes</i>	Pilates	Cardio Abdos Fesses	10h - 11h Body-Sculpt
10h30 11h30				<i>GARUDA</i> <i>Seated</i>		11h - 12h ZUMBA
12h30 13h30	Cardio Abdos Fesses	Body-Sculpt	Pilates	Body-Pump	<i>Spécial Femmes</i>	
15h00 16h00	<i>Spécial Femmes</i>	Pilates			Pilates	
17h30 18h30	Body-Sculpt	Step	Body-Pump	Pilates	Body-Pump	
18h30 19h30	ZUMBA	Cardio Latino	<i>Yoga</i>	Cardio Abdos Fesses	Step	
19h30 20h30	<i>GARUDA</i> <i>Standing</i>	Body-Pump	<i>Gym Douce</i> <i>(Barre à Terre)</i>	<i>Spécial Femmes</i>	<i>Yoga</i>	

HORAIRES D'OUVERTURE DE LA SALLE

Lundi au Vendredi de 9h à 21h00 - Samedi 9h00 à 12h30