

## PLANNING DES COURS

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
9H00	Circuit libre / vidéo	Circuit libre / vidéo	Circuit libre / vidéo	Circuit libre / vidéo	Circuit libre / vidéo	Circuit libre / vidéo
9H30	 Circuit	 Circuit	 Circuit	 Circuit	 Circuit	 Circuit
10H00	 BODY BARRE	 SUSPENSION TRAINING	 PILATES	 YOGA	 ZUMBA	 CAF
10H30	 Circuit	 Circuit	 Circuit	 Circuit	 Circuit	 Circuit
11H00	 SUSPENSION TRAINING	 CALORIES KILLER	 BODY SCULPT	 STRETCHING	 PILATES	 ZUMBA
11H30	 Circuit	 Circuit	 Circuit	 Circuit	 Circuit	 Circuit
12H00	 Circuit	 BODY SCULPT	 C.A.F.	 PILATES	 BODY SCULPT	 STRETCHING
12H30	 Circuit	 Circuit	 Circuit	 Circuit	 Circuit	 Circuit
13H00	Circuit libre / vidéo	Circuit libre / vidéo	Circuit libre / vidéo	Circuit libre / vidéo	Circuit libre / vidéo	
13H30	Circuit libre / vidéo	Circuit libre / vidéo	Circuit libre / vidéo	Circuit libre / vidéo	Circuit libre / vidéo	
14H00	Circuit libre / vidéo	Circuit libre / vidéo	Circuit libre / vidéo	Circuit libre / vidéo	Circuit libre / vidéo	
14H30	Circuit libre / vidéo	Circuit libre / vidéo	Circuit libre / vidéo	Circuit libre / vidéo	Circuit libre / vidéo	
15H00	Circuit libre / vidéo	Circuit libre / vidéo	Circuit libre / vidéo	Circuit libre / vidéo	Circuit libre / vidéo	
15H30	Circuit libre / vidéo	Circuit libre / vidéo	Circuit libre / vidéo	Circuit libre / vidéo	Circuit libre / vidéo	
16H00	Circuit libre / vidéo	Circuit libre / vidéo	Circuit libre / vidéo	Circuit libre / vidéo	Circuit libre / vidéo	
16H30	Circuit libre / vidéo	Circuit libre / vidéo	Circuit libre / vidéo	Circuit libre / vidéo	Circuit libre / vidéo	
17H00	 CAF	 BODY ZEN	 L.I.A.	 SUSPENSION TRAINING	 BODY BARRE	
17H30	 Circuit	 Circuit	 Circuit	 Circuit	 Circuit	
18H00	 L.I.A.	 PERFECT BODY	 BODY SCULPT	 CALORIES KILLER	 PILATES	
18H30	 Circuit	 Circuit	 Circuit	 Circuit	 Circuit	
19H00	 ZUMBA	 CALORIES KILLER	 BODY BARRE	 PERFECT BODY	 Step POWER	
19H30	 Circuit	 Circuit	 Circuit	 Circuit	 Circuit	
20H00	 ZUMBA	 SUSPENSION TRAINING	 Step POWER	 BODY ZEN	 STRETCHING	
20H30	Circuit libre / vidéo	Circuit libre / vidéo	Circuit libre / vidéo	Circuit libre / vidéo	Circuit libre / vidéo	
21H00						

\* Activités susceptibles d'évoluer sans préavis en cas d'absences des coachs.