

	COURS COLLECTIFS		AQUAGYM	
LUNDI 09H00 - 13H30 14H30 - 21H00	09H15	CIRCUIT TRAINING 30'	10H30	TOTAL AQUA 45'
	09H45	STRETCHING 30'	12H15	TOTAL AQUA 45'
	12h30	SH BAM 45'	15H30	TOTAL AQUA 45'
	14H30	PILATES DEBUTANT 45'	17H30	AQUA GYM 30'
	17H15	CUISSE/ABDOS/FESSIERS 45'	18H	AQUA RHYTMO 30'
	18H00	SH BAM 45'	18H45	AQUA GYM 30'
	18H45	BODY PUMP 60'		
MARDI 09H00 - 13H30 14H30 - 21H00	19H45	BIKE 60'	10H30	TOTAL AQUA 45'
	09H15	TRX 30'	12H15	AQUA RHYTMO 45'
	09H45	CUISSES/ABDOS /FESSIERS 30'	15h15	AQUA RHYTMO 45'
	12H30	TOTAL SILOUHETTE 45'	17H30	AQUA CIRCUIT 30'
	14H15	SPECIAL DOS 45'	18H00	AQUA RYTHMO 30'
	17H30	TRAMPO 30'	18H45	AQUA SCULPT 30'
	18H00	TOTAL SILOUHETTE 45'		
MERCREDI 09H00 - 13H30 14H00 - 20H00	18H45	ZUMBA 45'	10H30	AQUA RHYTMO 45'
	19H30	STEP 2 60'	12H15	TOTAL AQUA 45'
	09H30	PILATES CONFIRME 60'	17H45	AQUA RYTHMO 30'
	17H30	CUISSES/ABDOS/FESSIERS 45'	18H15	AQUA GYM 45'
	18H15	STEP 1 45'		
	19H00	CROSS TRAINING 30'	10H30	AQUA GYM 45'
	19H30	THAI BO 60'	15H30	AQUA ZUMBA 45'
JEUDI 09H00 - 13H30 14H30 - 21H00	17H45	PILATES MATERIEL 45'	17H45	AQUA GYM 45'
	09H30	GYM DOUCE 60'	18H30	AQUA RYTHMO 30'
	12H30	BODY PUMP 45'		
	14H30	TRAMPO JUMP/ABDOS 45'		
	17H30	BIKING 60'		
	18H30	TRAMPO JUMP 30'		
	19H00	JUST DANCE 45'		
VENDREDI 09H00 - 13H30 14H30 - 21H00	19H30	DANCE AERO 45'	10H30	AQUA ZUMBA 45'
	09H15	TOTAL SILOUHETTE 30'	12h15	AQUA PALMES 30'
	09H45	TRAMPO 30'	15H30	AQUA SCULPT 45'
	12H30	CAF 45'	17h30	AQUA MINCEUR 45'
	14H30	GYM DOUCE /STRETCHING 45'		
	17H30	BIKING 60'		
	18H30	TRAMPO JUMP 30'		
SAMEDI 9H00-12H30	19H00	JUST DANCE 45'		
	09H30	BODY SCULPT/STRETCHING 60'	11H15	AQUA RHYTMO 45'
	10h30	STEP 1 45' OU SH BAM 45'		

