



**Ouvert 6/7 J - 9/21H Non-Stop**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Ouverture 9h00 | | | | | |
| Lundi | **Mardi** | **Mercredi** | **Jeudi** | **Vendredi** | **Samedi** |
| 9H30 10H00  Circuit Minceur | **9H30 10H30** | **9H30 10H30**  **Sculpt** | **9H30 10H00**  **Circuit Minceur** | **9H30 10H30** | **9H30 10H30**  **A .F. C** |
| 10H15 11H15 | **Abdos Flash 15Min** |  | **10H15 11H00**  **L.I.A** **Débutant** |  | **11H00 12H00** |
| 12H30 13H15 | **12H30 13H15** | **12H30 13H15**  Body Barre | **12H30 13H15** | **12H30 13H15** | Fermeture 12h30 |
| *Tous les mercredis après-midi, y compris vacances scolaires. Premier essai Gratuit*        *Kids Dance*  *Street Dance*  *9/12 ans : 14h00 à 15h00*    ***Hip Hop***  *5/8 ans : 15h15 16h15* | | | | | |
| 17H00 17H30  Circuit Minceur |  | **17H00 17H30**  **Circuit Minceur** | **16H45 17H30**  **Débutant** | **16H45 17H40** | *A tout moment de la journée Programme personnalisé*  ***Baskets Propres et serviette Obligatoire*** |
| 17H45 18H30  Sculpt | **17H45 18H30**  **CardioMix** | **17H45 18H30** | **17H45 18H30**  **A. F. C** | **17H45 18H30**  Body Barre |
| 18H45 19H45 | **18H45 19H30** | **18H45 19H45** | **18H45 19H45**  **L.I.A** | **18H45 19H45** |
|  | **Abdos Flash 15Min** |  |  |  |
| 19h50 20h50 | 19h50 20h50 | **19h50 20h35** | 19h50 20h50 | 19h50 20h50 |
| Fermeture 21h00 | | | | | |