

PLANNING DES COURS COLLECTIFS (du 17 **Novembre 2014**)

LUNDI 8h - 21h	MARDI 9h - 21h	MERCREDI 9h - 21h	JEUDI 9h - 21h	VENDREDI 9h - 21h	SAMEDI 9h - 13h30	DIMANCHE 9h - 12h
9h30 - 10h15 body sculpt	9h30 - 10h30 TAÏCHI YOGA	9h30 - 10h15 PILATES DSPARC	9h30 - 10h30 body sculpt	9h30 - 10h30 CAF	9h30 - 10h15 CAF	9h30 - 10h15 CAF
10h15 - 11h00 PILATES DSPARC		10h15 - 11h00 PILOXING			10h30 - 11h15 BIKING	10h30 - 11h15 BIKING
					11h15 - 11h30 Stretch	11h15 - 11h30 Stretch

39 cours / semaine . 70h d'ouverture

12h20 - 13h10 ZUMBA	12h20 - 13h10 Body Barre	12h20 - 13h10 ZUMBA	12h20 - 13h BIKING	12h20 - 13h10 FREE STEP
-------------------------------	-----------------------------	-------------------------------	------------------------------	-----------------------------------

15h - 15h30
BIKING

15h15 - 16h00
CAF

15h30 - 16h15
body sculpt



DETENTE & SPORT

80, Rue Saint Désiré
39000 Lons-le-Saunier
Tél. 03 84 47 62 90
E-mail : info@dsparc.fr

17h30 - 18h15 STEP TRAINING	17h30 - 18h15 CAF	17h30 - 18h15 Body Barre	17h30 - 18h15 Swissball	17h30 - 18h15 TAÏCHI YOGA	
18h15 - 19h00 BIKING	18h15 - 19h00 ZUMBA	18h30 - 19h15 Aéro Boxe	18h30 - 19h15 BIKING	18h30 - 19h15 ZUMBA	
19h00 - 20h00 ZUMBA	19h15 - 20h00 KBT	19h15 - 20h00 TAÏCHI YOGA	KBT	19h15 - 20h00 KBT	
		20h00 - 20h45 BIKING	19h20 - 20h00 KDS	20h00 - 20h45 KDS	

