

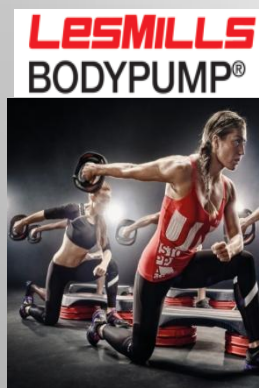
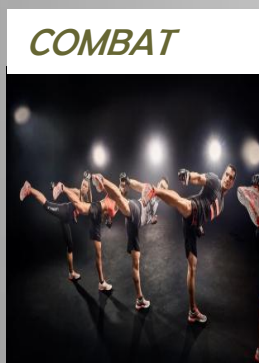
BEAUTYFORM *Lady* MASSY



PLANNING

DES

COURS



01.69.30.44.35

LUNDI Elie	MARDI Chrystel	MERCREDI Chrystel	JEUDI Elie	VENDREDI Camille	SAMEDI Nolwen
9h15 - 10h00 LES MILLS BODYVIVE ACTIVE	9h15 - 10h15 <i>Yoga</i>	9h15 - 10h15 <i>Zen Shiatsu</i> CORINNE	9h15 - 10h00 LES MILLS BODYPUMP®	9h15 - 10h00 LES MILLS BODYATTACK™	9h15 - 10h00 LES MILLS BODYVIVE ACTIVE
10h00 - 10h45 <i>Hit Cardio</i>	10h15 - 11h00 LES MILLS BODYPUMP®	10h30 - 11h30 <i>Pilates</i>	10h00 - 10h45 <i>Hit Cardio</i>	10h00 - 10h45 LES MILLS BODYPUMP®	10h00 - 10h30 COMBAT
10h45 - 11h30 <i>Swiss Ball</i>	11h00 - 11h30 LES MILLS BODYATTACK™	11h30 - 12h00 LES MILLS BODYVIVE ACTIVE	10h45 - 11h30 <i>Swiss Ball</i>	10h45 - 11h15 COMBAT	10h30 - 11h15 LES MILLS BODYPUMP®
11h30 - 12h15 <i>Pilates</i>	11h30 - 12h15 LES MILLS BODYBALANCE	11h30 - 12h00 LES MILLS BODYVIVE ACTIVE	11h30 - 12h00 ZUMBA	11h15 - 12h00 LES MILLS BODYVIVE ACTIVE	11h30 - 12h00 LES MILLS BODYATTACK™
12h15 - 13h00 ZUMBA	12h30 - 13h30 <i>Zen Shiatsu</i> CORINNE	12h15 - 13h00 LES MILLS BODYPUMP®	12h15 - 13h00 LES MILLS BODYVIVE ACTIVE	12h00 - 13h00 LES MILLS BODYBALANCE	14h00 - 15h00 <i>Zen Shiatsu</i> CORINNE
17h30 - 18h00 LES MILLS BODYATTACK™	17h30 - 18h15 LES MILLS BODYPUMP®	17h15 - 18h00 <i>Pilates</i>	17h30 - 18h15 LES MILLS BODYVIVE ACTIVE	17h30 - 18h00 LES MILLS BODYATTACK™	N'oubliez pas : Votre badge, des Baskets propres, une serviette pour les tapis et les machines, un cadenas pour les vestiaires, une bouteille d'eau...
18h00 - 18h45 LES MILLS BODYPUMP®	18h15 - 19h00 LES MILLS BODYATTACK™	18h00 - 18h45 LES MILLS BODYVIVE ACTIVE	18h15 - 19h00 LES MILLS BODYPUMP®	18h00 - 18h30 LES MILLS BODYVIVE ACTIVE	
18h45 - 19h30 LES MILLS BODYBALANCE	19h15 - 20h00 LES MILLS BODYVIVE ACTIVE	18h45 - 19h30 LES MILLS BODYPUMP®	19h00 - 19h45 LES MILLS BODYATTACK™	18h30 - 19h15 LES MILLS BODYBALANCE	
19h30 - 20h30 ZUMBA	20h00 - 20h30 LES MILLS BODYBALANCE	19h30 - 20h15 ZUMBA	19h45 - 20h30 COMBAT	19h15 - 20h15 LES MILLS BODYPUMP®	
Lydia	Camille	Elie	Camille	Nolwen	

Ouverture à 9h - Fermeture 21h00 excepté le Mercredi et Vendredi 20h30 - 17h00 le samedi