

04 67 72 80 87

LUNDI MARDI MERCREDI JEUDI VENDREDI SAMEDI DIMANCHE

09h15-09h45	
BODY SCULPT	
09h45-10h15	
ABDOS FESSIERS	
12h15-13h15	12h30 - 13h15
YOGA	DECRASSAGE

09h15- 09h45	
ABDOS FESSIERS	
09h45 - 10h15	
STRETCHING	
12h30-13h15	
ABDOS FESSIERS	

09h15- 09h45	
BODY SCULPT	
09h45 - 10h15	
ABDOS FESSIERS	

09h15- 09h45	
GYM PILATES	
09h45- 10h15	
STRETCHING	
12h30 -13h15	
GYM PILATES	

09H15 - 09H45	
BODY SCULPT	
09H45- 10H15	
ABDOS FESSIERS	

LA SALLE SERA OUVERTE DE 8H A 14H ET DE 17H A 21H



FERMETURE A 14H VENDREDI / FERMEE SAMEDI ET DIMANCHE

**** COURS AYANT LIEU UNIQUEMENT LA PREMIERE SEMAINE**

S2 Gym Pilates 2^{ème} semaine des vacances/ S1 Gym douce 1^{ère} semaine des vacances

17h15-18h00	
GYM PILATES S2 ou GYM DOUCE S1	
18h00-18h45	
ABDOS FESSIERS	
18h45-19h30	
TABATA	

17h15-18h00	
ABDOS FESSIERS	
18h-18h45	
BODY SCULPT	

18h00-18h45	
ABDOS FESSIERS	
18h45-19h30	
BODY SCULPT	
19h30-20h30	
YOGA**	

18h00-18h45	
BODY SCULPT	
18h45- 19h30	
DEGRASSAGE	

**Joyeuses
Fêtes**



**MUSCULATION &
CARDIO TRAINING**

