

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE

11h - 12h
YOGA DOUX
12h15 - 13h15
YOGA DYNAMIQUE
15h - 16h
GYM SANTE
17h15 - 18h
GYM PILATES
18h - 18h45
STRETCHING
19h30 - 20h30
YOGA

10h - 10h45	10h - 10h30
STRETCHING	STRETCHING
10h45 - 11h30	
GYM PILATES	
18h - 18h45	
SWISS BALL PILATES	
18h45 - 19h30	
YOGA	

10h30 - 11h30
CHI BALL
11h30 - 12h
RELAXATION
19h30 - 20h30
YOGA DYNAMIQUE

9h15 - 10h15
YOGA
9h45 - 10h15
GYM PILATES
10h15 - 10h45
STRETCHING
12h15 - 13h
GYM PILATES
18h - 19h
CHI BALL
19h - 19h30
RELAXATION

9h30 - 10h	
SIMPLY DANCE	
10h - 10h45	10h - 10h30
STRETCHING	GYM PILATES
11h - 12h	
GYM SANTE	
12h30 - 13h15	
CIRCUIT SANTE EN MUSCU	
18h - 18h45	
GYM PILATES	
19h30 - 20h	
STRETCH	

10h55 - 11h25
STRETCHING
11h30 - 12h30
YOGA

--

GYMS DOUCES
29 cours à volonté !
Salles climatisées