

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
MATIN	9H	9H15 - 9H45 BODY SCULT		9H15 - 10H PILATES
	10H	9H45 - 10H15 STRETCHING	10H00 - 10H30 STRETCHING	10H - 10H30 FIT' BALL
	11H	10H15 - 10H45 FIT' BALL	10H30 - 11H00 ABDOS / FESSIERS	10H30 - 11H00 BODY SCULT
	12H	11H00 - 11H45 PILATES	11H00 - 11H30 FIT' BALL	
	13H	12H10 - 12H40 BOX FIT'	12H10 - 12H40 FIT' BALL	
APRÈS MIDI ET SOIRÉE	16H			
	17H	16H30 - 17h15 PILATES		
	18H	17H30 - 18H ABDOS / FESSIERS	17H30 - 18H FIT' BALL	16h45-17h15 FIT' BALL
	19H	18H - 18H30 BOX FIT'	18H - 18H30 TRAMPO FIT'	17H30 - 18H BODY SCULT
	20H	18H30 - 19H00 BOX FIT'	18H30 - 19H15 PILATES	18H - 18H45 PILATES
		19H00 - 19H30 ABDOS / FESSIERS	19H15 - 19H45 BODY SCULT	18H30-19h00 FIT' BALL
	19H30 - 20H15 PILATES	19h45 - 20h15 FIT' BALL	19H00 - 19H30 CARDIO FIT'	
			19H30 - 20H TRAMPO FIT'	
				18H45 - 19H15 ABDOS / FESSIERS
				19H15 - 19H45 STRETCHING
				19H45 - 20H15 BOX FIT'