

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

9H

9h30 - 10h00  
**ELASTIQ'FIT**

10h00 - 10h30  
**STRETCHING**

9h30 - 10h00  
**RENFO / FIT**

9h30 - 13h  
**CIRCUIT**

10h00 - 10h45  
**PILATES**

10H

10h15 - 10h45  
**RENFO / FIT**

11h00 - 11h30  
**FIT' BALL**

10h00 - 10h30  
**BODY SCULT**

10h45 - 11h15  
**ELASTIQ'FIT**

11h00 - 11h45  
**CARDIO BOX**

11H

11h00 - 11h45  
**PILATES**

10h - 13h  
**CIRCUIT**

12h15 - 12h45  
**PILATES**

12H

12h15 - 12h45  
**CARDIO BOX**

12h15 - 12h45  
**ELASTIQ'FIT**

12h45 - 13h15  
**BOXE**

13H

12h45 - 13h15  
**ABDOS FESSIERS**

12h45 - 13h15  
**FIT' BALL**

17H

17h30 - 18h00  
**ELASTIQ'FIT**

17h30 - 18h15  
**PILATES**

17h30 - 18h00  
**BOXE**

17h30 - 18h00  
**FIT' BALL**

17h30 - 18h00  
**ABDOS FESSIERS**

18H

18h00 - 18h45  
**FIT BALL**

18h15 - 19h00  
**TRAMPO / ABDO**

18h00 - 18h45  
**ABDOS FESSIERS**

18h00 - 18h45  
**CARDIO BOX**

18h00 - 18h45  
**RENFO / FIT**

19H

18h45 - 19h30  
**BOXE**

19h00 - 19h45  
**RENFO / FIT**

18h45 - 19h30  
**BODY FORCE**

19h00 - 19h45  
**PILATES**

18h45 - 19h30  
**CROSS TRAINING**

20H

19h45 - 20h30  
**PILATES**

19h45 - 20h30  
**BOXE**

19h45 - 20h30  
**TRAMPO / ABDO**