

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

9H

9h40 - 10h10
PILATES B M9h40-10h10
FESSIERS/ TAILLE9h40 - 10h10
BODY SCULPT9h30-10h15
PILATES

10H

10h15 - 10h45
BODY SCULPT10h15 - 10h45
STRETCHING10h15 -11h
PILATES B M10h30-11h
LADY FIT10h20-10h50
BOXE FIT

11H

10h50- 11h35
PILATES10h50-11h35
RENFO FIT10h50-11h20
FESSIERS / TAILLE11h00-11h45
ABDOS / FESSIERS TAILLE

12H

12h20-12h50
BODY FORCE12h20-12h50
PILATES B M12h20-12h50
LADY FIT12h45-13h15
ABDO BALL

13H

12h50-13h20
ABDO BALL12h50-13h20
FESSIERS / TAILLE12h50-13h20
BOXE FIT

17H

17h30-18h15
HIIT BOXE17h30-18h
BOXE FIT17h30-18h
Marathon Fit17h30-18h15
PILATES17h30-18h
LADY FIT

18H

18h10-18h40
BODY SCULPT18h05- 18h30
FITBALL18h-18h30
LADY FIT18h20-19h05
CROSS BOXE18h05-18h35
FESSIERS / TAILLE

19H

18h40 - 19h10
PILATES M B18h35 - 19h05
MARATHON18h35-19h20
ABDOS / FESSIERS/ TAILLE18h40-19h25
CROSS BOXE19h15-20h
HIIT BOXE19h10 - 19h55
PILATES19h20-19h50
BODY SCULPT19h05-19h50
RENFO FIT

20H

20h-20h30
CROSS TRAINING19h55-20h20
Marathon Fit19h55-20h25
BODY FORCE