

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
	9h30/10H15 BODY SCULPT		9h30/10H00 AF 10H00/10H30 pilates		10H00/11H00 PUMP	
12h30 / 13h15 LESMILLS BODYPUMP	12h30 / 13h15 bike	12h30 / 13h15 WTEC TOTAL BODY CONDITIONING	12h30 / 13h15 bike	12h30 / 13h15 CIRCUIT TRAINING	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> PAS DE COACH LE SAMEDI ET DIMANCHE APRES-MIDI </div>	
18H00/18H30 HAUT DU CORPS	18H00/18H45 STEP	18H00/18H45 CAF	18H00/18H15 ABDOS FLASH	18H00/18H45 bike		
18H30 / 19H15 bike	18H45 / 19H15 AF	18H45/19H15 STRETCHING	18H15/19H15 LESMILLS BODYPUMP		<p>En dessous de 3 personnes, les cours ne sont pas dispensés. Un suivi sera proposé en remplacement sur le plateau cardio-training</p>	