

Lundi

17:00 - 18:00	18:00 - 19:00	19:00 - 20:00
Pilates	Cross training	Souplesse
Marine L	Marine L	Aline S

Mardi

⚠ SYLVIANE EST EN PAUSE DU 18.6 AU 27.8 / NICOLAS DU 29.7 AU 14.8

12:15 - 13:15
Yoga Hatha (doux)
Sylviane

18:00 - 19:00
Full Body
Nicolas

Mercredi

⚠ PAS DE COURS PENDANT L'ÉTÉ

17:00 - 18:00	18:00 - 19:00	19:00 - 20:00
Abdos & Gainage	Full Body	Pilates
Emilie M	Hugo	Hugo

Jeudi

⚠ PAS DE COURS DÈS LE 9 JUILLET ET AOÛT - REPRISE EN SEPTEMBRE

17:45 - 18:45	18:45 - 19:45
Cuisses Abdos Fessiers	Cross training
Marine L	Marine L

Vendredi

18:00 - 19:00	19:00 - 20:00
Souplesse	Cerceau Aérien
Jessica M	Jessica M

Samedi

⚠ SUR DATES

10:00 - 11:00
Piloxing
Caroline