



Le plaisir d'être en forme

PLANNING DES COURS

(A partir du 7 septembre 2015)

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
09h00-09h45		PILATES			PILATES
10h00-10h45			A.F.Stretch	A.F.C*	
12h45-13h30	BIKING	I.T*			LES MILLS BODYCOMBAT
13h00-13h30				LES MILLS CX30™	
17h30-18h00	A.F*				A.F.C*
17h30-18h15				BIKING	
18h00-18h30		LES MILLS CX30™			
18h15-19h00	LES MILLS BODYCOMBAT				
18h15-19h15					LES MILLS BODYCOMBAT
18h30-19h15				I.T*	
18h45-19h30		BIKING			
19h00-19h30			LES MILLS CX30™		
19h00-20h00	PILATES				
19h15-19h45				A.STRETCH	
19h15-20h00	BIKING				
19h30-20h00			STRETCH		LES MILLS CX30™