

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
9h						
10h	9h15 - 10h15 TONIC SCULPT	9h15 - 10h15 MIX	9h15 - 10h15 CAF STRETCH	9h - 10h PILATES STRETCH	9h15 - 10h15 GYM SCULPT	9h15 - 10h BIKE
11h	10h15 - 11h15 SPECIAL DOS	10h30 - 11h30 GYM DOUCE	10h15 - 11h15 GYM STRETCH	10h15 - 11h SOFT BIKE	10h15 - 11h STRETCH NOHA	10h10 - 11h SCULPT AND FLOW
12h	11h40 - 12h25 PILATES	11h40 - 12h25 TONIC SCULPT	11h15 - 12h15 SPECIAL DOS		11h15 - 12h15 GYM DOUCE NOHA	11h - 11h45 TONIC SCULPT
13h	12h30 - 13h30 MIX	12h30 - 13h30 BIKE ABDOS	12h30 - 13h15 CAF	12h30 - 13h15 BODY PUMP ABDOS	12h30 - 13h15 CIRCUIT TRAINING	12h30 - 13h30 STRETCH
14h	GYMNASIA	GYMNASIA	GYMNASIA	GYMNASIA	GYMNASIA	
15h	14h - 17h STAGES VACANCES	14h - 17h STAGES VACANCES	14h - 17h STAGES VACANCES	14h - 17h STAGES VACANCES	14h - 17h STAGES VACANCES	
16h						
17h	17h - 17h45 CAF	17h - 17h45 TONIC SCULPT	17h - 17h45 MIX	17h15 - 18h30 HATHA YOGA	17h - 18h15 YOGA IYENGAR	
18h	17h50 - 18h35 BODY PUMP	17h45 - 18h30 CAF	17h50 - 18h35 SPECIAL DOS		18h35 - 19h15 BODY PUMP	
19h	18h40 - 19h25 PILATES	18h35 - 19h20 BODY PUMP	18h35 - 19h20 TABATA	18h30 - 19h15 BODY FIGHT	19h15 - 20h STRETCH	
20h	19h25 - 20h10 BIKE	19h25 - 20h10 MIX	19h25 - 20h10 BIKE	19h15 - 20h CAF	20h - 20h45 ZUMBA	
21h	20h15 - 21h CIRCUIT TRAINING	20h15 - 21h BIKE SCULPT	20h15 - 21h CIRCUIT TRAINING			
22h						

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
9h					8h15-9h15 YOGA VINYASA	
10h	9h30-10h30 YOGA PILATES	9h15-9h45 MEDITATION	9h15-10h30 YOGA IYENGAR DÉBUTANT	9h15-10h15 PILATES		
11h	GYMNASIA	GYMNASIA		10h15-11h PILATES	10h15-11h00 PILATES	
12h	11h - 12h30 STAGES VACANCES	11h - 12h30 STAGES VACANCES	10h30-11h45 YOGA IYENGAR AVANCÉ	11h - 12h30 STAGES VACANCES	11h - 12h30 STAGES VACANCES	
13h	12h30-13h30 HATHA YOGA			12h30-13h30 PILATES STRETCH		
14h	GYMNASIA	GYMNASIA	GYMNASIA	GYMNASIA	GYMNASIA	
15h	14h - 17h STAGES VACANCES	14h - 17h STAGES VACANCES	14h - 17h STAGES VACANCES	14h - 17h STAGES VACANCES	14h - 17h STAGES VACANCES	
16h						
17h	17h-18h15 SOFT HATHA YOGA	17h15-18h PILATES				
18h		18h-19h YOGA DYNAMIQUE				
19h		19h-20h15 HATHA YOGA				
20h	19h45-21h HATHA YOGA	20h15-21h PILATES STRETCH				
21h						
22h						

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
9H	9h15-10h AQUA GYM	9h30-10h15 AQUA SCULPT	9h15-10h AQUA BIKE	9h15-10h AQUA MUSIC	9h15-10h AQUA MUSIC	9h-9h30 BB NAGEURS (14-11 MOIS)
10H	10h-10h45 AQUA MUSIC	10h15-11h AQUA MUSIC	10h05-10h50 AQUA TONIC	10h05-10h50 AQUA CIRCUIT	10h05-10h50 AQUA BIKE	9h30-10h BB NAGEURS (10-13 MOIS)
11H	GYMNASIA 11h - 12h30 STAGES VACANCES	GYMNASIA 11h - 12h30 STAGES VACANCES		GYMNASIA 11h - 12h30 STAGES VACANCES	GYMNASIA 11h - 12h30 STAGES VACANCES	10h-10h30 BB NAGEURS (14-18 MOIS)
12H	12h30-13h15 AQUA MUSIC	12h30-13h15 AQUA BIKE	12h30-13h15 AQUA CIRCUIT	12h30-13h15 AQUA BIKE	12h30-13h15 AQUA MUSIC	11h-11h45 AQUA MUSIC
13H						12h-12h45 AQUA BIKE
14H	GYMNASIA 14h - 17h STAGES VACANCES	GYMNASIA 14h - 17h STAGES VACANCES	GYMNASIA 14h - 17h STAGES VACANCES	GYMNASIA 14h - 17h STAGES VACANCES	GYMNASIA 14h - 17h STAGES VACANCES	
15H						
16H						
17H			17h15-17h45 BB NAGEURS	17h-17h45 AQUA MUSIC		
18H			18h-18h45 AQUA MUSIC	18h30-19h15 AQUA BIKE		
19H	19h-19h45 AQUA BIKE	19h15-20h AQUA MUSIC	18h50-19h35 AQUA BIKE	19h20-20h05 AQUA MUSIC		
20H	19h50-20h35 AQUA MUSIC	20h05-20h50 AQUA BIKE	19h35-20h20 AQUA BIKE	20h05-20h50 AQUA CIRCUIT	19h15-20h00 AQUA BIKE	
21H						
22H						

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
9H		9h-10h REFORMER				
10H	10h35-11h35 PILATES 2	10h05-11h05 PILATES 2	9h30-10h30 PILATES 1-2		9h15-10h15 PILATES 1-2	
11H			10h35-11h35 REFORMER			10h15-11h15 REFORMER
12H	12h30-13h30 PILATES 1-2	12h30-13h30 PILATES 1-2	12h30-13h30 PILATES 2	12h30-13h30 REFORMER SANDRINE	12h30-13h30 YOGA POSTURAL	11h20-12h20 PILATES 2
13H						
14H		14h-15h PILATES 1-2				
15H	15h-16h PILATES 1-2					
16H	16h15-17h15 REFORMER				16h-17h REFORMER	
17H	17h30-18h30 PILATES 2	17h30-18h30 PILATES 1	17h-18h YOGA POSTURAL	17h30-18h30 YOGA POSTURAL	17h30-18h30 PILATES 1-2	
18H	18h35-19h35 SONO YOGA	18h30-19h30 PILATES 1-2	18h05-19h05 REFORMER	19h-20h YOGA RESTAURATIF	18h45-19h45 REFORMER	
19H			19h15-20h15 REFORMER			
20H						
21H						
22H						