



PLANNING JUSQU'À FIN JUIN 19



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
COURS AU MOIS 9h30-10h30		BURN CALORIES 9h30-10h30	ACTIV'CROSS 9h30-10h30	Pilates 9h30-10h30	LESMILLS CXWORX 10h-10h30 LESMILLS BODYBALANCE 10h30-11h	ACTIV' CROSS WOD 10h-11h
					BIKE 11h-12h	ABDOS FLASH 11h-11h30 STRETCHING 11h30-12h
HIIT BOXE CROSS 12h30-13h15	LESMILLS CXWORX 12h30-13h00	LESMILLS BODYPUMP 12h30-13h15	Pilates 12h30-13h15	BIKE 12h20-13h20		
		ZUMBA kids 9/11 ans 15h-15h45 ZUMBA kids 7/8 ans 15h45-16h30 ZUMBA kids 5/6 ans 16h30-17h15				
	Pilates 16h-17h					
GRAVITY 17h30-18h15	LESMILLS BODYBALANCE 17h-18h	STEP Débutants 17h30-18h15	BIKE SPRINT 17h45-18h15	LESMILLS BODYPUMP 17h30-18h15		
BIKE 18h15-19h15	LESMILLS BODYPUMP 18h15-19h15	JUMP 18h15-19h	CUISSES ABDOS FESSIERS 18h15-19h15	ACTIV'KIDS 18h15-19h15	BIKE 18h15-19h15	APPRENDRE L'ACTIV'CROSS 18h15-19h15
	GRAVITY 18h15-19h15	ZUMBA ADOS 18h-19h	ACTIV'COMBAT 18h15-19h15	ACTIV'KIDS 18h15-19h15	ZUMBA 18h15-19h15	
BIKE 19h15-20h15	BIKE 19h15-20h15	BIKE 19h15-20h15	BIKE 19h30-21h00	LESMILLS BODYBALANCE 19h15-20h15	19h15-20h15 Pilates	ACTIV'CROSS 19h15-20h15
	LESMILLS CXWORX 19h-19h30	ZUMBA 19h15-20h15		ACTIV' CROSS WOD 19h15-20h15	STRONG ZUMBA 19h15-20h15	
CONFIRMÉ 20h15-21h15	STEP Intermédiaire 19h30-20h15				LESMILLS BODYBALANCE 20h15-20h45	
Pilates	ACTIV' CROSS 20h15-21h15	LESMILLS BODYBALANCE 20h15-20h45				