


**PLANNING DES COURS COLLECTIFS**  
Ouvert du lundi au dimanche de 6h30 à 23h\*  
\*coach présent du lundi au vendredi de 9h à 21h et le samedi de 9h à 13h

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	
9h30-10h ABDOS FESSIERS	9h30-10h15 CIRCUIT TRAINING	9h30-10h SPECIAL DOS	9h30-10h15 PILATES	9h30-10h15 BODY BARRE	9h30-10h15 CUISSSES ABDOS FESSIERS	
10h-10h30 BODY SCULPT		10h-10h30 ABDOS FESSIERS				10h15-10h45 BODY SCULPT
10h30-11h MOBILITY		10h15-10h45 CARDIO-FIT	10h30-11h BODY SCULPT	10h45-11h30 BODY ZEN	10h45-11h STRETCH	10h15-11h BODY BARRE
11h-11h30 STRETCH		10h45-11h30 PILATES	11h-11h30 STRETCH	11h-11h30 SPECIAL DOS	11h-11h30 STRETCH	
	14h30-15h15 CUISSSES ABDOS FESSIERS		14h30-15h15 PILATES			
17h45-18h30 CUISSSES ABDOS FESSIERS	17h45-18h15 BODY SCULPT	17h45-18h30 PILATES	17h45-18h30 CUISSSES ABDOS FESSIERS	17h45-18h15 ABDOS		
18h30-19h15 STEP	18h15-18h45 CARDIO-FIT		18h30-19h15 FIT-DANCE	18h15-18h45 BODY SCULPT		
19h15-20h BODY BARRE	18h45-19h30 TOTAL BODY	18h30-19h15 BODY BARRE	18h45-19h30 CARDIO-FIT			
20h-20h30 MOBILITY	19h30-20h ABDOS FESSIERS	19h15-20h FIT-BOXING	19h15-20h TOTAL BODY	19h30-20h STRETCH		
	20h-20h30 PILATES	20h-20h30 ABDOS	20h-20h30 PILATES			