

Lundi		Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
B-Board Boost 9h30-10h				FAC 9h30-10h15			
Yoga 10h15-11h15		TRX 9h30-10h	TRX 10h-10h30	Gym Douce 10h15-11h15	TRX 9h45-10h15	Bodywork 10h-11h	
Méditation 11h15-11h45		Board 10h15-10h45	Abdos Flash 10h30-11h	Aqua'Bike* 10h30-11h	Yoga 10h-11h	Aqua'Gym 10h30-11h15	Abdos Flash 9h45-10h15
Fast' Bike 10h15-11h		Aqua'Gym 10h30-11h15	Yoga 10h-11h	Bodywork 10h30-11h30	Aqua'Gym 10h30-11h15	Fit'Bike 11h-12h	Bodywork 10h-11h
Aqua'Gym 10h30-11h15		Bodywork 11h-12h	Aqua'Gym 10h30-11h15	Aqua'Gym 11h15-12h	Bodywork 10h30-11h30	Yoga 11h-12h	Fast' Bike 10h15-11h
Bodywork 11h30-12h30		Aqua'Gym 11h30-12h	Pilates 1 11h-12h	Stretch 11h30-12h30	Sophrologie 11h30-12h30	Stretch 11h-11h30	Aqua'Gym 10h30-11h15
Aqua'Gym 11h30-12h15		Barre au sol 11h30-13h	Fit'Bike 11h-12h	Barre au sol 12h30-14h	Sophrologie 12h30-13h30	Aqua'Gym 11h30-12h15	Stretch 11h-12h
Stretch 12h30-13h		Stretch 12h-12h45	Aqua'Gym 11h30-12h15	Aqua'Gym 12h15-13h	Aqua'Gym 11h30-12h15	Rubberband 11h30-12h30	Fast' Bike 11h15-12h
Aqua'Bike* 12h30-13h		Pilates 2 12h-13h	Boxing 12h-13h	TRX 12h30-13h	Gymdouce 11h30-12h30	Aqua'Bike* 12h30-13h	Aqua'Gym 11h30-12h15
Abdos Fessiers 12h30-13h		Aqua'Dynamic 12h30-13h	Aqua'Bike* 12h30-13h	Hilo SP/Step SI 12h45-13h45	Aqua'Dynamic 12h30-13h	Stretch 12h30-13h	Aqua'Bike* 12h30-13h
TRX 12h30-13h		Hilo SP/Step SI 12h45-13h45	Step SP/Hilo SI 12h45-14h	TRX 13h-13h30	Pilates 2 12h30-13h30	Boxing 12h15-13h45	TRX 13h30-14h
TRX 13h-13h30		Pilates 1 13h-14h	Pilates 2 13h-14h	Gym Ball 14h-15h	Board&Mind 13h30-14h	Pilates 1 14h-15h	BodyBarre 14h-15h
Pilates Mat 2 13h-14h		Zumba 14h-15h	Zumba 14h15-15h	Stretch 15h-16h	Bodycontrol 14h-15h	TRX 14h-14h30	Gym Douce 14h-15h
Bodywork 14h-15h		Stretch 15h-16h	Gym Douce 14h-15h	Qj Gong 16h-17h	Stretch 15h-16h	Abdos Flash 14h30-15h	Hilo/Step Débutant 15h-16h
Pilates Mat 1 14h-15h		Qi Gong 17h-18h	Stretch 15h-16h	Tai Chi 17h-18h	Aqua'Bike* 16h30-17h	Stretch 15h-16h	Yoga 15h-16h
Stretch 15h-16h		Abdos Fessiers 18h-18h30	Board&Mind 17h15-17h45	Aqua'Gym 17h15-18h	Aqua'Training 17h15-17h45	Hilo/Step 15h-16h	Pilates 1 16h-17h
Hatha Yoga 17h30-19h		Aqua'Bike* 18h15-18h45	Abdos Fessiers 18h-18h30	Aqua'Boxing 18h15-18h45	Abdos Fessiers 18h-18h30	Fast' Bike 15h30-16h15	Abdos Fessiers 17h-17h30
Aqua'Gym 17h15-18h		Gym balance 18h30-19h30	Gym Ball 18h-19h	Hatha Yoga 18h15-19h45	Bodywork 18h30-19h15	Zumba 16h-17h	
Abdos Fessiers 18h30-19h00	Boxing Bag 1 18h-19h	Aqua'Boxing 19h-19h45	BodyBarre 18h30-19h30	FAC 18h-18h45	Pilates Zen 18h30-19h30	TRX 16h30-17h	
Hiit 19h-19h45	Boxing Bag 2 19h-20h	Stretch 19h30-20h30	Stretch 19h-20h	Cross Boxing 18h45-19h45	Fast' Bike 19h15-20h	Abdos Flash 17h-17h30	
Street Jazz 19h-20h30		Fast' Bike 19h30-20h15	CardioAttack 19h30-20h15	Fast' Bike 19h45-20h30	Stretch 19h30-20h30		
Fast' Bike 19h45-20h30							