

	9 H 15	10 H 00	10 H 15	10 H 45	11 H 00	11 H 15	12 H 30	14 H 30	14 H 45	15 H 15	16 H 00	16 H 45	17 H 00	17 H 15	17 H 30	17 H 45	18 H 00	18 H 30	18 H 45	19 H 00	19 H 15	19 H 30	20 H 00	20 H 15	
Lun.	9:15 10:15 CFIT (60")						12:30 13:15 BODYB (45")	14:30 15:30 GT (60")			16:00 16:45 AQ (45")						18:00 19:00 CFIT (60")				19:15 20:00 SPI (45")				
		10:00 11:30 YOGA (90")					12:30 13:15 AQ (45")		14:45 15:30 AQ (45")													19:15 20:00 ZUM (45")	20:00 20:45 ATG (45")		
Mar.	9:15 10:00 BBEA (45")	10:00 10:45 GC (45")			11:00 11:45 AQ (45")		12:30 13:15 SPI (45")	14:30 15:30 BFT (60")			16:00 16:45 AQ (45")			17:15 18:00 AQB (45")			18:30 19:30 HIIT (60")					19:30 20:15 BF (45")			
			10:15 11:00 SPI (45")				12:30 13:15 PILAT (45")	14:30 15:15 AQB (45")							17:30 18:30 TBC (60")		18:30 19:30 PILAT (60")					19:30 20:15 AQB (45")			
Mer.	9:15 10:00 CAF (45")	10:00 10:45 ZUM (45")				11:15 12:00 AQ (45")	12:30 13:15 BODYB (45")	14:30 15:30 CFIT (60")			16:00 16:45 AQ (45")				17:45 18:30 CFIT (45")		18:30 19:15 BODYB (45")								
			10:15 11:00 AQB (45")				12:30 13:15 AQ (45")										18:45 19:30 SPI (45")		19:30 20:15 BODYB (45")	19:30 20:45 CROSS (45")		19:15 20:00 ZUM (45")	20:00 20:45 CROSS (45")		
Jeu.	9:15 10:00 BODYB (45")	10:00 10:45 GD (45")			11:00 11:45 S (45")		12:30 13:15 SPI/R (45")	14:30 15:30 CAF (60")			16:00 16:45 AQ (45")		17:00 17:45 CAF (45")		17:45 18:30 AQB (45")	18:30 19:15 BF (45")									
			10:00 10:45 CM (45")				12:30 13:15 GT (45")								17:45 18:30 PILAT (45")		18:30 19:15 AQB (45")		19:15 20:15 CT (60")						
Ven.	9:15 10:00 CAF (45")	10:00 10:45 PILAT (45")		10:45 11:30 BODYB (45")			12:30 13:15 CAF (45")	14:30 15:30 BFT (60")			16:00 16:45 AQ (45")				17:30 18:15 CAF (45")		18:30 19:30 SPI (60")								
															17:30 18:15 AQB (45")		18:30 19:15 AQP (45")								
Sam.	9:15 10:15 TBC (60")							14:30 15:15 BODYB (45")		15:15 16:00 ZUM (45")	16:00 16:45 TBC (45")	16:45 17:30 BODYB (45")	17:30 18:15 PILAT (45")												
		10:00 11:30 YOGA (90")				11:00 12:30 SPI/R (90")																			
Dim.	9:15 10:00 BBEA (45")	10:00 10:45 SPI (45")		10:45 11:30 TBC (45")				14:30 16:00 BFT (90")						17:00 17:45 CROSS (45")											
			10:00 10:45 CAF (45")			11:00 11:45 AQ (45")																			



Alain	Patrick	Matthieu
Isabelle	Vanessa	Erika
Rabah	Sophie	
Robin	Brigitte	
Sandra	Olivier	
Anthony	Cécilia	

CFIT : COCKTAIL FITNESS	SPI : SPINNING	PILAT : PILATES MODIFIÉS	S : STRETCHING	ATG : ABDO TAILLE GAINAGE
BODYB : BODYBALANCE	TBC : TOTAL BODY CONDITION	BFT : BODY FUNCTIONAL	BF : BOX FITNESS	SD : SPÉCIAL DOS
AQ : AQUA GYM	ZUM : ZUMBA	GT : GYM TRADITIONNELLE	YOGA : YOGA	
AQB : AQUABIKEING	CM : CIRCUIT MINCEUR	CAF : CUISSE ABDO FESSIER	GC : GYM CHINOISE	
CROSS : CROSSFIT	AQP : AQUAPALMING	SPI/R : SPINNING +	CT : CIRCUIT TRAINING	
BODYB : BODYPUMP	BBEA : BRAS BUSTE ÉPAULES	GD : GYM DOUCE	HIIT : HIIT	