

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
9h30 BODY BARRE *	9h30 PILATES*		9h30 Body Barre *	9h30 PILATES *	
10h30 BIKE	10h30 <u>STEP</u> / Aquatraining		10h30 CARDIOTRAINING	10h30 <u>CAF</u> / Aquatraining*	10h00 ZUMBA
12h30 CARDIO STEP	12h30 CAF *		12h30 KRAV MAGA	12h30 PILATES *	11h00 <u>PILATES</u>
14h30 BODY BARRE		<b>planning à partir du 06/02/2012</b>	14h30 BODY SCULPT		<b>SYLVAIN SZEMI MARIA LUCIA CHRISTELLE</b>
15h15 CARDIO (60') *			15h15 CARDIO (60')		
17h KRAV MAGA	17h10 <u>PILATES</u> *				
18h CAF	18h STEP NIVEAU INITIE *	17h30 Bike / Aquatraining*	18h CAF*	17h30 BIKE	
18h30 BODY BARRE * / Aquatraining *	18h30 CARDIOTRAINING 19h00 STEP CONFIRME	18h30 ZUMBA *	18h30 BODY BARRE * / Aquatraining *	18h30 STEP	<b>*Cours accessibles aux débutants</b>
19h30 BIKE	19h40 PILATES	19h30 JIU-JITSU BRESILIEN	19h20 CARDIOBOXE	19h30 JIU-JITSU BRESILIEN	

