

LUNDI09h30 - 10h00
RENFO.GENERAL10h00 - 10h30
ABDOS TAILLE10h30 - 11h00
STRETCHING FLOW12h30 - 13h15
YOGA**MARDI**09h30 - 10h30
TRAINING MUSCU10h30 - 11h00
CUISSES - FESSIERS11h00 - 11h30
12h30 - 13h15
RENFO. GENERAL18h00 - 18h15
ABDOS TAILLE18h15 - 19h15
19h20 - 20h05
**MERCREDI**09h30 - 10h00
MADISON DANSE10h00 - 10h45
PILATES12h30 - 13h15
PILATES14h00 - 16h15
**COURS DANSE
ENFANTS**17h45 - 18h15
STEP CARDIO18h15 - 19h00
F.A.C CARDIO19h00 - 19h30
ABDOS TAILLE19h30 - 20h15
**JEUDI**10h30 - 11h00
DOS/BRAS11h00 - 11h30
F.A.C12h30 - 13h15
17h45 - 18h15
DANCE FIT18h15 - 19h00
STEP DANCE19h00 - 20h00
20h05 - 20h20
ABDOS**VENDREDI**09h30 - 10h15
F.A.C10h15 - 10h45
ABDOS TAILLE10h45 - 11h15
STRETCHING12h30 - 13h15
TRAINING GROUP18h00 - 18h30
MUSCU EN SALLE17h45 - 18h30
PILATES18h30 - 19h00
F.A.C19h00 - 19h45
**SAMEDI**09h30 - 10h10
TRAINING GROUP10h15 - 11h15
11h20 - 12h05
STEP**Sport & Fitness****HORAIRE CLUB**09h00 - 21h00 **NON STOP**
Lundi - Mardi - Mercredi - Jeudi09h00 - 20h30 **NON STOP**
Vendredi09h00 - 13h00
Samedi10h00 - 12h30
Dimanche ***02 96 79 80 68**

* Dimanche fermé en vacances scolaire

DIMANCHE10h30 - 11h15
F.A.C11h15 - 11h45
TRX