














PLANNING DES COURS COLLECTIFS

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
10H30	 PILATES	 TOTAL BODY	Abdos Fessiers	  2 FOIS/MOIS	 BRAS / ABDOS
11H30	Abdos Fessiers	 CARDIO	 YOGA STRETCHING	 BRAS / ABDOS	Abdos Fessiers
12H30	 FIT DANCE	Body Sculpt	 BRAS / BUSTE	CUISSES ABDOS FESSIERS	 GAINAGE
16H00	 YOGA STRETCHING	 BRAS / BUSTE	 ABDOS	 YOGA STRETCHING	ABDOS TAILLES
17H00	 BRAS / BUSTE	Abdos Fessiers	Body Sculpt	CUISSES ABDOS FESSIERS	Body Sculpt
18H00	ABDOS TAILLES	 PILATES	Abdos Fessiers		 CARDIO
19H00	 FIT BOXING		 CARDIO	 PILATES MATERIEL	CUISSES ABDOS FESSIERS