

# PLANNING COURS COLLECTIFS

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
	7h30 - 8h45 KUNDALINI YOGA*				
9h15 - 10h00 BODY TONIC	9h15 - 9h45 CARDIO DANCE	9h15 - 10h00 BODY SCULPT	9h15 - 9h45 RENFO HAUT CORPS	9h15 - 9h45 TOP RIDE	
10h00 - 10h30 STRETCHING	9h45 - 10h30 FAC	10h00 - 10h30 PILATES DÉBUTANT	9h45 - 10h15 ABDOS FESSIERS	10h00 - 10h30 STRETCHING	10h00 - 10h45 BODY TONIC
10h30 - 11h15 GYM HARMONIE	10h30 - 11h45 YOGA*	10h30 - 11h45 YOGA*	10h15 - 11h00 GYM HARMONIE	10h30 - 11h00 PILATES AVANCÉ	11h00 - 11h45 TOP RIDE
12h30 - 13h00 BODY CROSS	12h30 - 13h00 RENFO TRAMPO	12h30 - 13h00 TOP RIDE**	12h30 - 13h00 ABDOS FESSIERS	12h30 - 13h00 BODY CROSS	
18h00 - 18h45 TOP RIDE	18h00 - 18h45 FAC	17h30 - 18h15 FAC	17h00 - 18h00 DANSE LATINE*		
18h45 - 19h15 BODY ZEN	18h45 - 19h30 ZUMBA ou AERO	18h15 - 18h45 STEP	18h15 - 19h00 BODY TONIC		
19h15 - 19h45 BODY CROSS	19h30 - 19h45 STRETCHING	18h45 - 19h15 BODY POWER	19h00 - 19h30 TOP RIDE		
19h30 - 21h00 YOGA*		19h15 - 20h30 KUNDALINI YOGA*			

\*COURS NON ASSURÉS PENDANT LES VACANCES SCOLAIRES

■ RENFORCEMENT   ■ DÉTENTE   ■ CARDIO

