



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE	
9H00/9h45	9H00/9H45	9H00/9H30	FERMETURE MATINALE	9H00/9H45	9H00/9H45		
CIRCUIT FIT	BODY & MIND	100% ABDOS		TOTAL RENFO	BIKING <b>(small group)</b>		
		9H30/10H00		9H45/10H15			
		100% C.F		HIIT			10H00/10h45
10H00/10H45	10H00/10h45						
C.A.F	POSTURAL FIT # PILATES	10H15/11H00		10H15/11H00	TOTAL RENFO	CIRCUIT FIT	
		CIRCUIT FIT		ASSOULPISSEMENT	11H00/11H45	11H00/11H45	
11H00/11H45	11H00/11H45						
BUNGEE FIT <b>(small group)</b>	HIIT	11H15/12H00				BODY & MIND	RENFORCEMENT POSTURAL DE GASQUET
12H00/12H45	12H00/12H45	STRONG					
TOTAL RENFO	BODY FIGHT						



LUNDI		MARDI		MERCREDI	JEUDI		VENDREDI
				16H00/16H45			17H15/18H00
				TOTAL RENFO			
				17H00/17H45			
				BIKING <b>(small group)</b>	17H15/18H00		17H15/18H00
18H00/18H45		18H00/18H45			POSTURAL FIT # PILATES	18H00/18H30	BUNGEE FIT <b>(small group)</b>
C.A.F		TOTAL RENFO	STEP 1	18H15/19H00	18H15/19H00	100 % ABDOS	18H15/19H00
19H00/19h45		19H00/19H45		RENFORCEMENT POSTURAL DE GASQUET	BODY FIGHT	18H45/19H15	BIKING <b>(small group)</b>
		CROSS TRAINING <b>(small group)</b>	L.I.A	19H15/20H00	19H15/20H00		19H15/20H00
20H00/20h45		20H00/20H45		CIRCUIT FIT	C.A.F	19H30/20H15	DANSES LATINES & TROPICALES
SEMAINE A	SEMAINE B					DANSE FIT	
POSTURAL FIT # PILATES	BODY & MIND	BODY FIGHT		20H15/21H00	20H15/21H00		
				BIKING <b>(small group)</b>	BUNGEE FIT <b>(small group)</b>		