

	9 H 15	10 H 00	10 H 45	11 H 00	12 H 30	14 H 30	15 H 15	15 H 30	16 H 00	16 H 45	17 H 00	17 H 30	17 H 45	18 H 15	18 H 30	19 H 00	19 H 15	19 H 30	20 H 00	20 H 15	
Lun.	9:15 BBEA (45")	10:00 YOGA (90")			12:30 BODYB (45")	14:30 GT (45")		15:30 AQ (45")			17:00 CAF (45")	17:45 (45")	17:45 BBEA (45")	18:30 TBC (45")	18:30 TBC (45")	19:15 (45")	19:15 ZUM (45")	20:00 (45")			
		10:00 CAF (45")			12:30 AQ (45")													19:15 SPI (45")	20:00 ATG (45")	20:00 ATG (45")	20:15 GC (45")
Mar.	9:15 SPI (45")	10:00 BBEA (45")		11:00 AQ (45")	12:30 SPI (45")	14:30 BS (45")		15:30 AQB (45")			17:00 GT (45")	17:45 (45")	17:45 TBC (45")	18:30 PILAT (45")	18:30 PILAT (45")	19:15 (45")	19:15 CAF (45")	20:00 AQB (45")			
		10:00 GC (45")			12:30 PILAT (45")									18:30 ZUM (45")	18:30 ZUM (45")	19:15 (45")	19:15 S (45")	20:00 (45")			
Mer.	9:15 BS (45")	10:00 ZUM (45")		11:00 AQB (45")	12:30 AQ (45")	14:30 BBEA (45")	15:15 CAF (45")	16:00 AQ (45")			17:00 BBEA (45")	17:45 (45")	17:45 CAF (45")	18:30 STEP (45")	18:30 STEP (45")	19:15 (45")	19:15 ZUM (45")	20:00 CROSS (45")			
					12:30 BODYP (45")									18:30 SPI (45")	18:30 SPI (45")	19:15 (45")	19:15 BODYB (45")	20:00 (45")		20:15 AQ (45")	21:00 AQ (45")
Jeu.	9:15 GT (45")	10:00 CT (45")	10:45 S (45")		12:30 TBC (45")	14:30 CAF (45")		16:00 AQ (45")			17:00 GT (45")	17:45 (45")	17:45 BBEA (45")	18:30 (45")							20:15 AQB (45")
		10:00 GD (45")			12:30 SPI (45")									18:15 ATG (45")	19:00 YOGA (90")	19:00 YOGA (90")					
Ven.	9:15 CAF (45")	10:00 PILAT (45")	10:45 BODYB (45")		12:30 BS (45")	14:30 BBEA (45")		16:00 AQ (45")			17:00 CAF (45")	17:45 (45")	17:45 BBEA (45")	18:30 (45")	18:30 PILAT (45")	19:15 (45")	19:15 SPI (45")	20:00 (45")			
															18:30 AQ (45")	18:30 AQ (45")					
Sam.	9:15 BODYP (45")	10:00 YOGA (90")		11:00 AQ (45")		14:30 ZUM (45")	15:15 BODYP (45")	16:00 TBC (45")	16:00 TBC (45")	16:45 PILAT (45")	17:30 BODYB (45")	17:30 BODYB (45")	18:15 (45")								
		10:00 TBC (45")																			
Dim.	9:15 BBEA (45")	10:00 SPI (45")	10:45 TBC (45")			14:30 CAF (45")	15:15 BBEA (45")	16:00 PILAT (45")	16:00 PILAT (45")	16:45 S (45")	17:30 (45")										
		10:00 CAF (45")		11:00 AQ (45")				16:00 CROSS (45")	16:00 CROSS (45")												



Planning des
cours collectifs
au 25 / 05 /
2018

Alain	Rabah	Ludmilla
Matthieu	Brigitte	Robin
Isabelle	Olivier	Joelle
Julien	Patrick	Anthony
Caroline	Sandra	Mouna
Melissa	Sophie	

BBEA : BRAS BUSTE ÉPAULES	AQB : AQUABIKING	PILAT : PILATES MODIFIÉS	CROSS : CROSS TRAINING
CAF : CUISSÉ ABDO FESSIER	S : STRETCHING	CT : CIRCUIT TRAINING	SD : SPÉCIAL DOS
YOGA : YOGA	GC : GYM CHINOISE	STEP : STEP	ATG : ABDO TAILLE GAINAGE
BODYB : BODYBALANCE	SPI : SPINNING	BODYP : BODYPUMP	
GT : GYM TRADITIONNELLE	AQ : AQUA GYM	TBC : TOTAL BODY CONDITION	
ZUM : ZUMBA	BS : BODY SCULPT	GD : GYM DOUCE	