

LUNDI**MARDI****MERCREDI****JEUDI****VENDREDI****SAMEDI**

10h30 - 11h00

STRETCHING**COURS VIDÉOS****COURS VIDÉOS****COURS VIDÉOS**

10h00 - 11h00

PILATES

10h30 - 11h30

RENFO / STRETCHING

12h20 - 13h05

**LESMILLS
BODYCOMBAT**

12h20 - 13h05

COURS TRAINING HIIT

12h20 - 13h05

ABDOS / BIKING**COURS VIDÉOS**

12h20 - 13h05

BIKING / BODY BARRES**COURS VIDÉOS**

18h00 - 18h20

ABDOS FLASH

18h00 - 18h20

CUISSES FESSIERS

18h15 - 19h15

YOGA

18h00 - 18h20

ABDOS FLASH**COURS VIDÉOS****COURS VIDÉOS**

18h30 - 19h15

BODY BARRES / TBC

18h30 - 19h15

**LESMILLS
BODYCOMBAT****COURS VIDÉOS**

18h30 - 19h15

BIKING

18h15 - 19h00

CUISSES ABDOS FESSIERS**COURS VIDÉOS**