

	lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
	CP	9h30 Pilates 60'	CP	CP	9h15 Pilates 60'	CP 10h00 Fac 45'
	11h Pilates 60'	Cours Particuliers	CP	CP	CP	10h45 C-sculpt 30' 11h15 Pilates 60'
12 h15	12h15 Aérofit 45'	12h15 Swiss-ball 45'	12h15 Pilates 60'	12h15 Fac 45'	12 h15 Pilates 60'	CP
13h00	Abdos 15'	Fessiers 15'		relaxation 15'		
	CP	CP	CP	CP	CP	
	17h30 Abdos 15'	17h15 Pilates 60'	17h30 Dos-pecs ou Bras 15'	17h30 Swiss-ball 30'		
	17h45 Epaules-bras Cuisses Fessiers 45'	18h30 Pilates 60'	17h45 Abdos cuisses Fessiers 45'	18h00 Abdos Fessiers 15'		
	18h30 Pilates 60'	CP	CP	18h15 Cardio- step 30'		
	20h00 Pilates 60'			19h00 Pilates 60'		
