

	lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
	CP	9h15 Pilates 60'	CP	CP		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'	12h15 Pilates 60'	CP
13h00	Abdos 15'	Fessiers 15'		relaxation 15'		
	CP	CP	CP	CP	CP	
	17h30 Abdos 15'		17h30 Dos-pecs ou Bras 15'			
	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'		
