

	<b>lundi</b>	<b>Mardi</b>	<b>Mercredi</b>	<b>Jeudi</b>	<b>Vendredi</b>	<b>Samedi</b>
	<b>CP</b>		<b>CP</b>	<b>CP</b>		
	<b>11h</b> <b>Pilates</b> <b>60'</b>			<b>11h</b> <b>Pilates</b> <b>60'</b>	<b>CP</b>	
<b>12 h15</b>	<b>12h15</b> <b>cardio-sculpt</b> <b>45'</b>	<b>12h15</b> <b>Swiss-ball</b> <b>45'</b>	<b>12h15</b> <b>Pilates</b> <b>60'</b>	<b>Fac</b> <b>45'</b>		<b>CP</b>
<b>13h00</b>	<b>Abdos</b> <b>15'</b>	<b>Fessiers</b> <b>15'</b>		<b>Stretching</b> <b>15'</b>		
	<b>CP</b>		<b>CP</b>		<b>CP</b>	
	<b>17h30</b> <b>Abdos 15'</b>		<b>17h30</b> <b>Dos</b> <b>Pectoraux</b> <b>15'</b>			
	<b>17h45</b> <b>Epaules-bras</b> <b>Cuisses</b> <b>Fessiers</b> <b>45'</b>	<b>18h30</b> <b>Pilates</b>  <b>60'</b>	<b>17h45</b> <b>Abdos</b> <b>Cuisses</b> <b>Fessiers</b> <b>45'</b>			
	<b>18h30</b> <b>Pilates</b>  <b>60'</b>		<b>18h45</b> <b>Pilates</b>  <b>60'</b>			
	<b>20h00</b> <b>Pilates</b>  <b>60'</b>					

--	--	--	--	--	--	--