

JOURS	lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
10h00						10h00 Fac 45'
11h00 11h30 12h00	11h Pilates 60'			11h Pilates 60'		10h45 Csculpt 30' 11h15 Pilates 60'
12 h15	12 h15 Aérofit 45'	12 h15 Swiss-ball 45'	12 h15 Pilates 60'	12 h15 Fac 45'		
13h00	Abdos 15'	Fessiers 15'		relaxation 15'		
17h00	17h15 Abdos 15' 17h30 Cardio-sculpt 45'	17h15 Pilates 60'	17h30 Pump 30'	17h30 Fac 45'		
18h00	18h15 Pilates 60'	18h30 Pilates 60'	18h00 Aérofac 45'	18h15 Cardio-step 30'		
19h00	19h30 Fac 45'		Stretching 15'	18h45 Pilates 60'		
20h00	20h15 Pilates 60'		19h00 Pilates 60'			

PLANNING DE REPRISE DU

3 AU 8 SEPTEMBRE 2018