

DEBUT DU COURS	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
8H45-9H30					Renfo (Sophie)
9H-10H		Step (Anne-Marie)		Renfo (Anne-Marie)	
9H10-10H10		Gym Douce (Vanessa)			
9H30-10H15					Stretching (Sophie)
10H-11H		Renfo (Anne-Marie)	Gym Douce (Anne-Marie)	Body zen (Anne-Marie)	
10H15-11H15	Renfo (Julie)	Gym Douce (Vanessa)			
11H-12H			Pilates *(Anne-Marie)		
13H45-15H15				Yoga* (Rosalie)	
15H-16H30	A.P.A * (Hamza)			A.P.A * (Hamza)	
15H15-16H45				Yoga* (Rosalie)	
17H30-18H30	Pilates (Hamza)		Renfo (Sophie)	Pilates* (Fabien)	
17H30-19H			Yoga* (Solange)		
18H-19H		Renfo (Delphine)			
18H30-19H30	Renfo (Adeline)				
19H20-20H20		Renfo (Delphine)			

19H30-20H30

Cardio Dance (Katia)



ENERGYM



LEZIGNEUX



MONTPLAISIR



CLAUDIUS DUPORT

*Activités Physiques Adaptées, Yoga, Pilates, inscriptions limitées, nous contacter avant



SOLEILLANT



SALLE POLY
SAVIGNEUX



SALLE DE KARATE E.D.A



G3 DUBRUC