

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
-------	-------	----------	-------	----------	--------

9h00 10h00	BODY SCULPT <i>Diamon</i>	MARCHE <i>Rendez Vous</i> 8h45 à gauche de l'église	STRETCHING POSTURAL <i>Stéphanie</i>	BODY SCULPT <i>Julie</i>	GYM DOUCE <i>Véronique</i> 8h30 à 9h30	DANCE FIT <i>Julie</i>	MARCHE <i>Rendez Vous</i> 8h45 à gauche de l'église	BODY SCULPT <i>Stéphanie</i>	MARCHE <i>Rendez Vous</i> 8h45 à gauche de l'église	RENFORCEMENT MUSCULAIRE <i>Audrey</i>
10h00 11h00	TOTAL BODY CONDITIONING <i>Diamon</i>		STRETCHING POSTURAL <i>Stéphanie</i>		GYM DOUCE <i>Véronique</i> 9h30 à 10h30		BODY SCULPT <i>Julie</i>		STRETCHING POSTURAL <i>Stéphanie</i>	
11h00 12h00	ZUMBA <i>Diamon</i>		RENFORCEMENT MUSCULAIRE <i>Stéphanie</i>				POUND FITNESS <i>Julie</i>		STRETCHING POSTURAL <i>Stéphanie</i>	

16h00 17h00	BODY SCULPT <i>Véronique</i> <i>ou Audrey</i>		GYM DOUCE <i>Véronique</i>		STRETCHING POSTURAL <i>Stéphanie</i> 17h30 à 18h30 18h30 à 19h30		AEROBIC <i>Audrey</i>		SPORT HOMME <i>Pascal</i> 19h00 à 20h30		RENFORCEMENT MUSCULAIRE méthode Pilates <i>Diamon</i>	
18h00 19h00			AEROBIC <i>Audrey</i>						BODY DANCE <i>Diamon</i>			
19h00 20h00	BODY SCULPT <i>Véronique</i> <i>ou Audrey</i>				ZUMBA <i>Julie</i>							
20h00 20h30												

Tous les cours ont lieu à l'Espace Sportif

(Planning non contractuel, susceptible d'être modifié)