

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

9h00 10h00	<b>BODY silhouette</b> <i>Liliane</i>	<b>MARCHE</b> <i>Rendez Vous</i> 8h45 à gauche de l'église	<b>STRETCHING POSTURAL</b> <i>Stéphanie</i>	<b>BODY SCULPT</b> <i>Alexis</i>	<b>GYM DOUCE</b> <i>Véronique</i> 8h30 à 9h30	<b>BODY SCULPT</b> <i>Liliane</i>	<b>MARCHE</b> <i>Rendez Vous</i> 8h45 à gauche de l'église	<b>BODY SCULPT</b> <i>Stéphanie</i>	<b>MARCHE</b> <i>Rendez Vous</i> 8h45 à gauche de l'église	<b>RENFORCEMENT MUSCULAIRE</b> <i>Audrey</i>
10h00 11h00	<b>RENFORCEMENT POSTURAL</b> <i>Liliane</i>	<b>STRETCHING POSTURAL</b> <i>Stéphanie</i>	<b>ZUMBA</b> <i>Alexis</i>	<b>GYM DOUCE</b> <i>Véronique</i> 9h30 à 10h30	<b>BODY POSTURAL</b> <i>Liliane</i>	<b>STRETCHING POSTURAL</b> <i>Stéphanie</i>		/		
11h00 12h00			<b>RENFORCEMENT MUSCULAIRE</b> <i>Stéphanie</i>	/		<b>AERODANCE</b> <i>Alexis</i>	<b>STRETCHING POSTURAL</b> <i>Stéphanie</i>		/	

16h00 17h00	/		<b>GYM DOUCE</b> <i>Véronique</i>	/		/		/		/		
18h00 19h00	<b>BODY SCULPT</b> <i>Véronique</i> <i>ou Audrey</i>		/		<b>STRETCHING POSTURAL</b> <i>Stéphanie</i>  17h30 à 18h30 18h30 à 19h30		/		<b>RENFORCEMENT INTEGRAL</b> <i>Loredana</i>		/	
19h00 20h00	<b>BODY SCULPT</b> <i>Véronique</i> <i>ou Audrey</i>		<b>AEROBIC</b> <i>Audrey</i>		<b>ZUMBA</b> <i>Sabrina</i>		<b>AEROBIC</b> <i>Audrey</i>	<b>SPORT HOMME</b> <i>Pascal</i> 19h00 à 20h30	<b>PILATES</b> <i>Loredana</i>		/	
20h30	/		/				/		/		/	

Tous les cours ont lieu à l'Espace Sportif

(Planning non contractuel, susceptible d'être modifié)