

	LUNDI		MARDI		MERCREDI	JEUDI		VENDREDI		SAMEDI	
9H30	9H15 – 12H00 15H00 - 20H30		9H15 – 12H00 15H00 – 20H30		14H00 – 20H30	9H15 – 12H00 15H00 – 20H30		9H15 – 12H00 15H00 – 20H30		9H15 – 12H00	9H30
10H00			9h30 - 10h ÉCHAUFFEMENT ABDOS					9h20 - 9h50 CARDIO DANCE			10H00
10H30	10h - 11h SWISS BALL	10h - 10h45 PILATES INTERMÉDIAIRE ET AVANCÉ	10h - 10h45 PILATES AVANCÉ	10h - 10h45 PILATES DÉBUTANT		10h - 11h SWISS BALL		9h50 - 10h50 BODY SCULPT	10h - 11h DANSE BIEN-ÊTRE		10H30
11H00											11H00
11H30	11h - 11h30 ASSOUPPLISSEMENTS		10h45 - 11h30 ASSOUPPLISSEMENTS		10h30 - 11h15 CLASSIQUE DÉBUTANT	11h - 11h30 ASSOUPPLISSEMENTS		10h50-11h20 ASSOUPPLISSEMENTS			11H30
12H00					11h15 - 12h CLASSIQUE INTERMÉDIAIRE						12H00
14H00	FERMÉ		FERMÉ			FERMÉ		FERMÉ		FERMÉ	14H00
14H30					14h - 15h INITIATION SPORTIVE 4-5 ans						14H30
15H00											15H00
15H30					15h - 15h45 HIP-HOP DÉBUTANT Enfants						15H30
16H00											16H00
16H30					16h - 16h45 RENFO - CARDIO Enfants et Ados						16H30
17H00											17H00
17H30	17h15 - 18h15 SAVATE B.F Enfants 1	17h30 - 18h15 MODERN' JAZZ Enfants 1			16h45 - 17h30 HIP HOP Ados	17h15 - 18h15 ZUMBA Enfants 2	17h45 - 19H CLASSIQUE Ados	17h15 - 18h15 B.F SAVATE Enfants 2			17H30
18H00			17h15 - 18h15 ZUMBA Enfants 1								18H00
18H30	18h15 - 19H00 CIRCUIT RENFO CARDIO	18h15 - 19h15 MODERN' JAZZ Enfants 2			17h45 - 18h30 HIP HOP INTERMÉDIAIRE	18h15 - 19h PILATES INTERMÉDIAIRE	18h15 - 19H BRAS ABDOS FESSIERS	18h30- 19h15 CARDIO BOXE	18h15 -19h PILATES INTERMÉDIAIRE / AVANCÉ		18H30
19H00			18h15 - 19h BRAS - ABDOS - FESSIERS								
19H30	19h - 20h STEP CHORÉGRAPHIÉ		19h00 - 20h ZUMBA MIX / ÉTIREMENTS		19h15 - 20h CIRCUIT RENFO CARDIO	19h15 - 20h PILATES AVANCÉ	19h00 - 20h ZUMBA MIX / ÉTIREMENTS	19h - 19h45 PILATES DÉBUTANTS	19h15 - 20h CIRCUIT RENFO CARDIO		19H30
20H00											
20H30			20h - 21h30 B.F SAVATE ados et adultes					20h - 21h30 B.F SAVATE ados et adultes			20H30
21H00											21H00
21H30											21H30