

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Step 8h30-9h15						
Jumping (Trampoline) 9h15-10h00	Fit Mix / Gym Douce 9h30-10h30	Jumping (Trampoline) 9h30-10h15	Fit Mix 9h30-10h30	Fitboxe 9h00-10h00		Yoga 1 Semaine sur 2 9h30-10h30
Fitboxe 12h15-13h00	D-Body 12h15-13h00	Total Power Body 12h15-13h00	Cuisse Abdo Fessier 12h15-13h00	D-Body 12h15-13h00		
Gym du Dos 14h15-14h45				Swiss Ball 14h15-15h00		
Karaté Baby 16h15-17h00 Enfants 17h15-18h00 Adolescents 18h00-19h00 Adultes 19h00-20h30	D-Baila (Dance Fitness) 19h15-20h00	Pilate 18h15-19h15	Pole Dance 18h15-19h15	Fitboxe 18h30-19h30		
	Kick Boxing Enfants 18h15-19h00 Adolescents 19h15-20h15 Adultes 19h15-20h15	Jumping (Trampoline) 19h30-20h15	Step 19h15-20h00	Self Défense 1 Semaine sur 2 19h30-20h30		
HIIT 20h30-21h00			Jumping (Trampoline) 20h00-20h45	Bungee Fitness 1 Semaine sur 2 19h30-20h30		