

	MATINEE	PAUSE DEJEUNER	SOIREE
Lundi	09h30 Patricia Liberty form 09h30 Renfo Pilates 11h00 Raphaële E&D 11h00: Multi work	12h00 Raphale E&D 12h00: Stretching	18h00 Fred E&D 18h00 : Renfo
Mardi	09h30 Stéphanie E&D 9h30 : Gym d'entretien 11h30 Eve Vo2 max 11h30 : Stretching Yoga	12h30 Tiphaine Vo2 max 12h30: Pilates tout niv	18h30 Fred Vo2 max 18h30 : Zumba 19h30 Alexia Vo2 max 19h30 : Yoga Vinyassa
Mercredi	09h00 Xavier Vo2 max 9h00 : Renfo 10h15 Elisabeth Vo2 max 10h30 : Gym Equilibre	12h30 Julia Vo2 max 12h30 : Abdos/Dos	18h30 Isabelle Vo2 max 18h30 : Pilates tout niv
Jeudi	09h30 Patricia Liberty form 09h30 Gym Posturale 11h00 Valérie E&D 11h00 Pilates tout niv		18h00 Heathcliff Vo2 max 19h00 : CAF/Stretching 19h00 Aymeric Vo2max 19h00 Cross Training
Vendredi	09h00 Céline E&D 9h00 : Postural Ball 10h15 Sandrine Vo2 max 10h15 : Renfo 11h30 Cécile Vo2 max 11h30 : Stretching		19h00 Abdou Vo2 max 19h00 : HIIT
Samedi	09h00 Nadine Vo2max 09h00 : Gym d'entretien 10h00 Céline Vo2 max 10h00 : Pilates tout niv 11h00 Aurelia Vo2 max 11h00 : Zumba		