

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9h-10h							
10h-11h	<b>Lady' Mobilité-Stretch</b> 10h15-10h55	<b>Lady'Pilates</b> 10h30-11h10	<b>Lady'Sculpt</b> 10H15-10h55	<b>Lady'Pilates</b> 10h15-11h		<b>Lady'Soft</b> 10h15-10h55	
11h-12h	<b>Lady' Mobilité-Stretch</b> 11h05-11h45	<b>Lady' Sophrologie*</b> 11H15-12h	<b>Lady'Sculpt</b> 11h05-11h45	<b>Lady'Qi gong</b> 11h15-12h15	<b>Lady'CT</b> 11h-11h45	<b>Lady' Mobilité-Stretch</b> 11h05-11h45	
12h-13h	<b>Lady'TRX*</b> 12h30-13h15	<b>Lady'bodyART</b> 12h30-13h15	<b>Lady'Sculpt</b> 12h30-13h15	<b>Lady'Pilates</b> Débutantes 12H30-13h15	<b>Lady'CT</b> 12h30-13h15		
13h-14h							
14h-17h	<b>Yoga enfants*</b> 17h-18h						
17h-18h	<b>Lady'Pilates</b> 17h10-17h55	<b>Lady'Pilates</b> Débutantes 17h15-18h	<b>Lady'Tabata</b> 17h30-18h15	<b>Lady' Mobilité-Stretch</b> 17h15-18h	<b>Lady'Yoga</b> Débutantes 17h15-18h15		
18h-19h	<b>Lady'Sculpt</b> 18H15-19h <b>Lady'TRX*</b> 18h00-18h30/ 18H35-19h05	<b>Lady'HIIT</b> 18h15-18h55	<b>Lady'Tabata</b> 18h30-19h10	<b>Lady'Sculpt</b> 18h15-18h55	<b>Lady'bodyART</b> 18h30-19h15		
19h-20h	<b>Lady'Step-Renfo</b> 19H10-19h50 <b>Lady' Soft*</b>	<b>Lady'Pilates</b> Avancées 19h05-19h45	<b>Lady'Yoga</b> 19h20-20h20	<b>Lady' Mobilité-Stretch</b> 19h05-19h45			
20h-22h							

ACCES BAGDE  
AUTONOME

\* salle du bas