

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

* salle du bas