

Planning du 25/06/2010 au 04/09/2010 inclus

Planning de cours Fitness

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Durée	Les Cours ont une durée de 45 mn		0h30	1h00		
9h15	BODY SCULPT	Sculpt 'n Cardio		STEP		C.A.F. (9h30)
10h15			BODY BALANCE		STRETCH	
12h30		TOP BIKE	C.A.F.		BODY SCULPT	
17h45	STEP			BODY SCULPT	C.A.F.	
18h30		C.A.F.	Abdos Fessiers	Cardio Dance		
19h15	BODY BALANCE	STEP Cardio	TOP BIKE			
20h15						

Planning de cours Aquatiques

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
9h15			AQUAGYM		AQUAGYM	
10h15	AQUAGYM	AQUADynamic		AQUAGYM		AQUAGYM
11h15	KINE		KINE			
12h30	AQUAGYM			AQUAGYM		
17h45		AQUAGYM	AQUAGYM			
18h30	AQUAGYM				AQUAGYM	
19h15				AQUADynamic		