

# Planning à partir du 5 septembre 2011

## Planning de cours Fitness

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Début	Les cours ont une durée de 45 mn, sauf:		🕒 0h15	🕒 0h30	🕒 1h00	
9h15	<b>BODY SCULPT</b>	Sculpt 'n ♥	<b>STRETCH</b>	<b>STEP Init.</b>	<b>A.F. STRETCH</b>	<b>C.A.F.</b>
9h30				<b>STEP Deb</b>		
10h15	<b>BODY BALANCE</b>		<b>EASYBIKE</b>	<b>C.A.F.</b>		
11h00						🕒 <b>BDJ / TPB</b>
12h30	<b>BODY SCULPT</b>	<b>TOP BIKE</b>	<b>C.A.F.</b>	<b>BODY BALANCE</b>	<b>STEP</b>	
17h00	🕒 <b>Abdos Fessiers</b>					
17h30	<b>STEP Inter</b>	<b>STRETCH</b>	<b>BODY BALANCE</b>	<b>BODY SCULPT</b>	<b>C.A.F.</b>	
18h15			<b>STEP Init.</b>			
18h30	🕒 <b>PUMP</b>	<b>C.A.F.</b>	<b>STEP Deb</b>	🕒 <b>BODY JAM</b>	<b>TOP BIKE</b>	
19h30	🕒 <b>BODY BALANCE</b>	🕒 <b>BODY JAM</b>	<b>TOP BIKE</b>	<b>STEP Inter +</b>	<b>STEP Inter</b>	
20h15			🕒 <b>Abdos</b>		🕒 <b>Abdos</b>	
20h30	<b>Réservé ZUMBA</b>					

## Planning de cours Aquatiques

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
	AquaBike et "Aquabike libre service" sur réservation internet					
8h30						
9h15	<b>AQUAGYM</b>	<b>AQUABIKE</b>	<b>AQUABUILD</b>	<b>AQUAGYM</b>	<b>AQUABIKE</b>	
10h15	<b>AQUABUILD</b>	<b>AQUABIKE</b>	<b>AQUADynamic</b>	<b>AQUABUILD</b>	<b>AQUABIKE</b>	<b>AQUAGYM</b>
11h15	Kiné	AquaBike libre		Kiné	AquaBike libre	
12h30	<b>AQUAGYM</b>	<b>AQUABIKE</b>		<b>AQUADynamic</b>	<b>AQUABIKE</b>	
15h15	<b>AQUABUILD</b>	<b>AQUAGYM</b>		<b>AQUABIKE</b>	<b>AQUADynamic</b>	
17h30	<b>AQUAGYM</b>			Aquabike libre		
18h30	<b>AQUADynamic</b>	<b>AQUABUILD</b>	<b>AQUAGYM</b>	<b>AQUABIKE</b>	<b>AQUAGYM</b>	
19h30	<b>AQUABIKE</b>	<b>AQUAGYM</b>	<b>AQUADynamic</b>	<b>AQUABIKE</b>		

*Planning non contractuel pouvant être modifié sans préavis*