



# Planning été 2022

*Du 27 juin au 12 septembre*

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
9h00 - 10h00 <b>GYM</b> 	9h00 - 10h00 <b>Pilates</b>	9h00 - 10h00 <b>GYM &amp; stretch</b>	9h00 - 10h00 <b>Swiss Ball</b> 	9h00 - 10h00 <b>GYM &amp; stretch</b>	10h30 - 11h30 <b>Biking</b> 
12h30 - 13h30 <b>Body Sculpt</b>	12h30 - 13h30 <b>GYM &amp; stretch</b>	12h30 - 13h30 <b>Body Barre</b>	12h30 - 13h30 <b>Biking</b> 	12h30 - 13h30 <b>Abdos fessiers</b>	
18h30 - 19h00 <b>Total Fessiers</b>	18h30 - 19h30 <b>Yoga</b> 	18h30 - 19h30 <b>Body Barre</b>	18h30 - 19h00 <b>GYM</b> 	18h30 - 19h30 <b>Body Barre</b>	
19h00 - 19h30 <b>Tablettes</b> 		19h00 - 20h00 <b>Biking</b> 	19h00 - 19h30 <b>Tablettes</b> 	19h30 - 20h00 <b>Tablettes</b> 	
19h30 - 20h00 <b>Stretch</b> 	19h30 - 20h30 <b>Biking</b> 	19h30 - 20h30 <b>TRX</b>	19h30 - 20h00 <b>Stretch</b> 		
19h30 - 20h30 <b>Biking</b> 					

*Du lundi au vendredi de 8h30 à 21h00  
Le samedi de 9h00 à 14h00*