

Planning rentrée 2021 (à partir du 13/09) :

| <i>LUNDI</i> | <i>MARDI</i> | <i>MERCREDI</i> | <i>JEUDI</i> | <i> VENDREDI</i> | <i>SAMEDI</i> |
|---|--|--|---|--|---|
| <i>9h15-10h</i> Spécial dos / Abdos Flavie | <i>9h15-10h</i> Gym Douce Flavie | <i>9h15-10h45</i> Yoga Muriel | <i>9h15-10h</i> C.A.F Marylin | <i>9h15-10h</i> T.B.C Marylin | <i>10h-10h45</i> T.R.X Benjamin |
| <i>10h15-11h</i> L.I.A Flavie | <i>10h15-11h</i> Body Sculpt Flavie | | <i>10h15-11h</i> Stretching/ Barre au sol Marylin | <i>10h15-11h</i> Pilâtes Marylin | <i>11h-11h45</i> Biking Benjamin |
| | | | | | |
| <i>12h30-13h15</i> Pilâtes Muriel | | <i>12h30-13h15</i> Boxe training Benjamin | | <i>12h30-13h15</i> Circuit training en salle Benjamin | |
| | | | | | |
| <i>17h45-18h30</i> Boxe training Benjamin Step Corinne | <i>17h45-18h30</i> T.R.X Benjamin | <i>17h45-18h30</i> Body Sculpt Flavie | <i>17h45-18h30</i> Piloxing Anthony | <i>17h45-18h30</i> Cardio boxe Jean | |
| <i>18h45-19h30</i> Pump Corinne | <i>18h45-19h30</i> H.I.I.T Benjamin | <i>18h45-19h30</i> Biking Jessica | <i>18h45-19h30</i> Boxe training Benjamin Pilâtes Muriel | <i>18h45-19h30</i> C.A.F Jean | |
| <i>19h45-20h30</i> Biking Corinne | <i>19h45-20h15</i> Flash Abdos Benjamin | <i>19h45-20h30</i> Stretching Jessica | <i>19h45-20h30</i> Power Yoga Muriel | <i>19h45-20h30</i> Biking Jean | |