

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeu	Vendredi	Samedi
9h30 Pilates Débutants 45'	8h30 Pilates Intermédiaires 45' <b>Nouveau cours!</b>	9h00 Pilates Débutants 45' <b>Nouveau cours!</b>	9h30 Pilates Intermédiaires 45'	9h00 Yin Yoga 1h	9h30 Cuisses Abdos Fessiers 45'
10h30 Fitball 45'	10h30 Pilates Débutants 45'	10h15 Marche Nordique 1h30 RDV au bois du Landreau	10h30 Cuisses Abdos Fessiers 45'	10h00 Sophrologie 1h	10h30 Body Attack 45'
11h30 Pilates Intermédiaires 45'	11h30 Fitball 45'	11h15 Yin Yoga 1h <b>Nouveau cours!</b>	11h30 Spécial Dos 45'	11h15 Yoga Vinyasa 1h	11h30 Cours Chorégraphiés 45'
12h15 Fly Heart Débutants 1h	12h30 Cuisses Abdos Fessiers 45' <b>Nouveau cours!</b>	12h30 Yoga Vinyasa 45'	12h30 Pilates Débutants 45'	12h15 Fly Heart Intermédiaires 1h	
15h45 Yin Yoga 1h <b>Nouvel horaire</b>	16h00 Cuisses Abdos Fessiers 45' <b>Nouveau cours!</b>	16h00 Cross Training Adultes & Ados 45' <b>Nouvel horaire</b>	16h00 Cross Training Adultes & Ados 45' <b>Nouvel horaire</b>	14h45 Yin Yoga Sophrologie 1h <b>Nouvel horaire</b>	
17h00 Pilates Débutants 45' <b>Nouvel horaire</b>		17h00 Cuisses Abdos Fessiers 45' <b>Nouvel horaire</b>	17h00 Spécial Dos 45' <b>Nouvel horaire</b>	17h00 Cuisses Abdos Fessiers 45' <b>Nouvel horaire</b>	
18h00 Yoga Vinyasa 1h	18h00 Cross Training 45' <b>Nouvel horaire</b>	18h00 Body Attack 45' <b>Nouvel horaire</b>	18h00 Pilates Débutants 45' <b>Nouvel horaire</b>	18h00 Cross Training 45' <b>Nouvel horaire</b>	
19h00 Pilates Intermédiaires 1h <b>Nouveau cours!</b>	19h00 Cours Chorégraphiés 45' <b>Nouvel horaire</b>	19h00 Fly Heart Débutants 1h <b>Nouvel horaire</b>	19h00 Fitball 45' <b>Nouvel horaire</b>	19h00 Cours Chorégraphiés 45' <b>Nouveau cours!</b>	
20h00 Fly Heart Intermédiaires 1h <b>Nouveau cours!</b>	20h00 Body Attack 45' <b>Nouvel horaire</b>	19h15 Cross Training RDV au Landreau 45' <b>Nouvel horaire</b>	20h00 Yin Yoga Sophrologie 45' <b>Nouvel horaire</b>		

Planning en ligne

