

# PLANNING DES COURS 2020-2021

A partir du 7 Septembre 2020

YOGA	ETIREMENTS	GYM DOUCE	RENFORCEMENT MUSCULAIRE	FITNESS	ENFANTS
------	------------	-----------	-------------------------	---------	---------

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
	7H30-8H30 YOGA				
9H30-10H15 GYM / PUMP	9H30-10H15 GYM / PUMP	9H15-10H GYM DOUCE		9H30-10H15 PILATES/BALLON	10H-10H45 GYM
10H15-11H ZEN STRETCH	10H15-11H STEP	10H15-11H EVEIL DANSE		10H15-11H GYM TONIC	11H-11H30 BABY GYM
		11H15-12H INITIATION DANSE			11H30-12H GYM ENFANTS
12H20-13H FITNESS	12H20-13H PILATES/BALLON	12H25-13H25 YOGA	12H20-13H GYM / GYM TONIC	12H20-13H ZEN STRETCH	
		13H25-14H10 YOGA KIDS			
		14H15-15H15 DANSE 3			
		15H15-16H15 DANSE 1			
		16H15-17H15 DANSE 2			
17H30-18H15 GYM/GYM TONIC	17H30-18H15 PILATES	17H30-18H STRETCH	17H30-18H15 PUMP	17H30-18H15 FIT'ADOS	
		18H-18H25 DOS-ABDOS			
18H25-19H10 PILOXING	18H25-19H10 AERODANCE	18H30-19H15 STEP	18H25-19H10 ZUMBA/POUND	18H15-19H FIT'KIDS	
			18H30-19H CIRCUIT EXTERIEUR		
19H15-20H PILATES	19H15-20H GYM/GYM TONIC		19H15-20H PILATES BALLON	19H15-20H30 DANSE ADULTES CONFIRME	
20H10-21H10 YOGA			20H10-21H10 YOGA		