

PLANNING COURS COLLECTIFS – à partir du 1^{er} Janvier 2011

	Lundi	Mardi	Jeudi	Samedi
				10h45 à 11h30 Body Sculpt
	12h30 à 13h00 Abdos – fessiers-	-	12h30 à 13h00 Abdos – taille -	11h30 à 12h00 Abdos – fessiers
	13h00 à 13h30 Body Move	-	13h00 à 13h30 STEP -	12h00 à 12h15 Stretching
	18h15 à 18h30 Abdos – taille	18h15 à 18h30 Abdos – taille	18h15 à 18h30 Abdos – taille	
	18h30 à 19h15 STEP	18h30 à 19h15 Body Sculpt	18h30 à 19h15 L.I.A.	-
	19h15 à 19h35 Abdos – fessiers	19h15 à 19h35 Abdos – fessiers	19h15 à 19h35 Abdos – fessiers	-
	19h35 à 19h45 Stretching	19h35 à 19h45 Stretching	19h35 à 19h45 Stretching	

**Les séances de coaching personnalisées auront lieu
les lundis, mardi et jeudi de 17h30 à 18h15 et de 19h45 à 20h30
et les samedis de 10h à 10h45 et de 12h15 à 13h00**