

PLANNING ADULTES 2018-2019 / SALLE 1

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
9h15-10h15 PILATES 1	9h15-10h00 STEP		9h15-10h15 PILATES 2	9h15-10h00 CARDIO	
10h15-11h15 PILATES 2	10h00-10h45 BODY SCULT		10h15-11h15 PILATES 1	10h00-10h45 BODY BARRE	10h00-11h30 BOXE
12h30-13h15 BODY SCULT	12h30-13h15 STEP	12h30-13h15 PILATES/PILATES	12h30-13h15 LIA	12h30-13h15 BODY BARRE	
18h30-19h15 STEP	18h30-19h15 LIA	18h30-19h30 STRONG BY ZUMBA	17h30-18h15 STEP	18h00-18h45 AÉROBOXE	
19h15-20h15 CROSS TRAINING	19h15-20h00 BODY SCULT	19h30-20h30 ZUMBA	18h15-19h15 BARRE À TERRE	18h45-19h30 BODY BARRE	
20h15-21h00 STREET JAZZ	20h00-20h30 TRAMPOLINE	20h30-21h30 PILATES	19h30-21h00 COMÉDIE MUSICALE	19h30-20h15 CARDIO DANSE	
	20h30-21h00 CAF				

PLANNING ADULTES 2018-2019 / SALLE 2

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
12h30-13h30 YOGA		12h30-13h15 CROSS TRAINING		12h30-13h30 YOGA	11h30-13h00 CLASSIQUE ADOS/ADULTES
18h30-20h00 MODERN JAZZ	19h15-20h15 AFROHOUSE	19h30-21h00 COMÉDIE MUSICALE	18h15-19h15 CROSS TRAINING	18h00-19h00 SALSA 1	
20h00-21h30 CHORALE	20h15-21h15 KIZOMBA 1			19h00-20h00 BACHATA 1	
	21h15-22h15 SEMBA 1		20h00-21h00 KIZOMBA 2	20h00-21h00 SALSA 2	
			21h00-22h00 SEMBA 2	21h00-22h00 BACHATA 2	