

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
<p>9.00 - 10.00 SPINNING Jean-Phillippe</p> 	<p>9.00 - 10.00 YOGA FOR HEALTH & VITALITY Andy</p> 	<p>9.00 - 10.00 AQUAGYM Anthony</p> 	<p>9.00 - 10.00 CIRCUIT TRAINING Yazid</p> 	<p>Présence du coach de 8.30 à 10.00</p>	<p>08.30 - 9.30 NORDIC WALKING Yazid</p> 	<p>09.00 - 10.00 MOBILITE ou STRETCHING Anthony ou Svitlana</p> 
<p>10.00 - 11.00 MOBILITE Anthony</p> 	<p>10.00 - 11.00 YOGA FOR RELAXATION & MEDITATION Andy</p> 	<p>10.00 - 11.00 STEP Anthony</p> 	<p>10.00 - 11.00 TAI CHI Marie-Elisabeth</p> 	<p>10.00 - 11.00 AQUAGYM Yazid</p> 	<p>10.00 - 11.00 STRETCHING Yazid</p> 	<p>10.00 - 11.00 AQUAGYM* Anthony</p> 
<p>Présence du coach de 11.00 à 18.00</p>	<p>17.30 - 18.30 BURN Anthony</p> 	<p>17.00-18.00 BULKING CLUB Anthony</p> 	<p>17.30 - 18.30 GIRL SCUPLT Svitlana</p> 	<p>Présence du coach de 8.30 à 10.00, puis de 11.00 à 18.15</p>	<p>Présence du coach de 11.00 à 16.00</p>	<p>Présence du coach de 11.00 à 18.00</p>
<p>18.30 - 19.30 SPINNING Anthony</p> 	<p>19.00 – 20.00 PILATES Anthony</p> 	<p>Présence du coach de 11.00 à 17.00</p>	<p>18.30 - 19.30 PILATES Svitlana</p> 	<p>18.15-19.15 SPINNING & ABDOS NIVEAU I Yazid</p> 	<p>Présence du coach de 11.00 à 16.00</p>	<p>Présence du coach de 11.00 à 18.00</p>
	<p>Présence du coach de 10.00 à 17.30</p>		<p>19.30 - 20.30 SPINNING Anthony</p> 			<p><i>*Dimanche 11 juin: le cours d'Aquagym est remplacé par un cours de Pilates avec Svitlana</i></p>

En gris, horaires auxquels nos coaches sont généralement présents. Le jeudi, une présence est assurée de 10.00 à 20.30.

Nos cours durent 50 minutes (ou 45 min pour l'aquagym). Qu'importe votre niveau, vous êtes les bienvenus

(Veuillez noter que l'équipe du Fitness se réserve le droit de modifier le présent planning si nécessaire.)