

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
	10h00-12h00		10h00-12h00	10h00-11h00	10h00-11h00	10h00-11h00
	Gym douce		Gym Douce	CAF	CAF	PUMP
					11h00-12h00	11h00-12h00
					STEP	STRETCHING
12h30-13h30	12h30-13h30	12h30-13h30	12h30-13h30	12h30-13h30		
Cardio Boxe	Pump	STEP	Pump	Cardio Boxe		
18h00-18h30		18h00-18h30		18h00-18h30		
Abdo		PPG		Abdo		
18h30-19h15	18h30-19h15	18h30-19h15	18h30-19h15	18h30-19h15		
Cardio Boxe	PUMP	CAF	Circuit Cardio	Circuit Training		
19h15-20h00	19h15-20h00	19h15-20h00	19h15-20h00	19h15-20h00		
Training Boxe	Stretching	Step	Pilates	Step		