

LUNDI matin	MARDI matin	MERCREDI matin	JEUDI matin	 VENDREDI matin
8h30/9H30 Gym du lundi (Cindy) gymnase étage			8h30/9h30 Gym ball (Cindy) gymnase étage	
midi	midi	midi	midi	midi
12h15/13h15 Pilates 2 (Cindy) maison des associations	12h15/13h15 Pilates 2 (Sabrina) maison des associations	12h15/13h15 Pilates 1 (Sandrine) maison des associations	12h15/13h15 Cardio renforcé(Cindy) gymnase étage	12h15/13h15 Pilates 1 (Sabrina) maison des associations
soir	soir	soir	après-midi	après-midi
18h/19h Dynamic femme(Olivier) gymnase bas	18h30/19h30 Dynamic homme(Célia) gymnase bas	18h/19h Dynamic femme(Sandrine) gymnase étage	12H15/13H30 Yoga douceur mixte(Valérie) maison des associations	13H30/15H Pilates/stretching(Sandrine) gymnase bas
19h/20h Zumba(Géraldine) gymnase bas	19H30/20h30 Dynamic homme(Célia) gymnase étage	19h20h Dynamic/step(Sandrine) gymnase bas		
salle annexe	salle annexe	salle annexe	salle annexe	salle annexe
18H15/19H15 Gym du dos(Cindy)	18H15/19H30 Yoga mixte débutant(Valérie)	18H15/19H15 Yoga mixte avancé(Valérie)	18H15/19H15 Stretching(Cindy)	18H15/19H30 Yoga mixte débutant(Valérie)
19h30/21H Pilates/stretching(Peggy)	19h30/20H45 Yoga mixte avancé(Valérie)	19H30/20H45 Yoga mixte débutant(Valérie)	19H15/20H15 Dynamic homme(Cindy)	19H30/20H45 Yoga mixte débutant(Valérie)
extérieur	extérieur	extérieur	extérieur	extérieur
	18H30/19H30 Urban Fit (Géraldine)	18H15/19H15 Marche nordique(Géraldine)		