

Lundi			
Début	Fin	Cours	
10:30	11:30	Pilates	salle 2
11:30	12:15	Vélo interieur	Salle 1
12:30	13:30	Pilates	salle 2
17:30	18:30	Pilates Initiation	salle 2
18:30	19:30	Indoor Cycling	Salle 1
18:30	19:30	Cardio Tonus	salle 2

Mardi			
Début	Fin	Cours	
09:30	10:30	Etirements	salle 2
10:45	11:45	Sophrologie	salle 1
12:30	13:30	Indoor Cycling	Salle 1
18:15	19:15	Pilates	salle 2
19:30	20:30	Indoor Cycling	Salle1

Mercredi			
Début	Fin	Cours	
10:15	11:15	Gym du dos	salle 2
11:30	12:20	Coordination & Equilibre	salle 2
12:30	13:30	Pilates	salle 2
17:30	18:30	Indoor Cycling	salle 1
18:45	19:45	Indoor Cycling	Salle1

Jeudi			
Début	Fin	Cours	
09:30	10:30	Pilates	salle 2
10:30	11:15	Vélo interieur	salle 1
12:30	13:30	Indoor Cycling	Salle 1
17:30	18:30	Pilates	salle 2
18:30	19:30	Etirements	salle 2
19:30	20:30	Sophrologie	salle 1

Vendredi			
Début	Fin	Cours	
12:30	13:30	Indoor Cycling	salle 1

Samedi			
Début	Fin	Cours	
10:00	11:00	Indoor Cycling	Salle 1
11:15	12:15	Pilates	salle 2