

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
9h30 - 10h30 Yoga aérien					9h30 - 10h45 Hatha Yoga
	10h30 - 11h30 Gym mixte	10h30 - 11h30 Pilates Débutants	10h30 - 11h30 Gym mixte	10h30 - 11h30 Stretching-Mobility	
	12h30 - 13h30 TRAINING HYBRID (Full body)		12h30 - 13h30 Pilates réguliers		
		12h30 - 13h30 Yoga Vinyasa		12h30 - 13h30 Yoga aérien	
12h30 - 13h30 Pilates Débutants					
18h00 - 19h00 Pilates réguliers					
19h00 - 20h00 TRAINING HYBRID (Haut du corps)	18h30 - 19h30 TRAINING REHAB (CAF) (Bas du corps)	18h30 - 19h30 Pilates réguliers	18h15 - 19h30 Yoga Vinyasa	18h15 - 19h15 Pilates Débutants	
	19h30 - 20h30 Pilates Débutants	19h30 - 20h30 Stretching-Mobility	19h30 - 20h30 Yoga aérien	19h15 - 20h15 TRAINING HYBRID (Full body)	