

Lundi	Mardi	Mercredi	Jedi	Vendredi
	9h15 - 10h Body barre <i>Carole</i>	9h15 - 10h Pilates <i>Carole</i>		9h15 - 10h CAF <i>Steph</i>
10h - 10h45 CAF <i>Steph</i>	10h - 10h45 Yin Yoga <i>Carole</i>	10h - 10h45 Gym douce <i>Carole</i>	10h - 10h45 Circuit training <i>Carole</i>	10h - 10h30 Stretching <i>Steph</i>
10h45 - 11h15 Stretching <i>Steph</i>	11h - 11h45 Pilates adapté <i>Carole</i>		10h45 - 11h30 Pilates <i>Carole</i>	
12h15 - 13h HIIT <i>Steph</i>			12h15 - 13h CAF <i>Carole</i>	12h15 - 13h Yoga <i>Steph</i>
18h15 - 19h TRX renfo <i>Carole</i>	18h15 - 19h Baila <i>Steph</i>	18h15 - 19h CAF <i>Carole</i>	18h15 - 19h Pound <i>Steph</i>	
19h - 19h45 Yoga <i>Carole</i>	19h - 19h45 CAF <i>Steph</i>	19h - 19h45 Pilates <i>Carole</i>		

Lundi	Mardi	Mercredi	Jedi	Vendredi
	9h15 - 10h Body sculpt <i>Steph</i>	9h15 - 10h Pilates <i>Carole</i>		9h15 - 10h CAF <i>Carole</i>
10h - 10h45 CAF <i>Jennifer</i>	10h - 10h45 Stretch/Relax <i>Steph</i>	10h - 10h45 Gym douce <i>Carole</i>	10h - 10h45 HIIT <i>Carole</i>	10h - 10h30 Stretching <i>Carole</i>
10h45 - 11h15 Stretching <i>Jennifer</i>	11h - 11h45 Pilates adapté <i>Steph</i>		10h45 - 11h30 Yoga <i>Carole</i>	
12h15 - 13h Baila <i>Jennifer</i>			12h15 - 13h CAF <i>Carole</i>	12h15 - 13h Pilates <i>Carole</i>
18h15 - 19h Pound <i>Steph</i>	18h15 - 19h Circuit training <i>Carole</i>	18h15 - 19h CAF <i>Carole</i>	18h15 - 19h Fitbike <i>Maxime</i>	
19h - 19h45 Pilates <i>Steph</i>	19h - 19h45 CAF <i>Carole</i>	19h - 19h45 Yin Yoga <i>Carole</i>		

Lundi	Mardi	Mercredi	Jedi	Vendredi
	9h15 - 10h TRX renfo <i>Carole</i>	9h15 - 10h Pilates <i>Carole</i>		9h15 - 10h CAF <i>Steph</i>
10h - 10h45 CAF <i>Steph</i>	10h - 10h45 Yoga <i>Carole</i>	10h - 10h45 Gym douce <i>Carole</i>	10h - 10h45 Tabata training <i>Carole</i>	10h - 10h30 Stretching <i>Steph</i>
10h45 - 11h15 Stretching <i>Steph</i>	11h - 11h45 Pilates adapté <i>Carole</i>		10h45 - 11h30 Yin yoga <i>Carole</i>	
12h15 - 13h Circuit training <i>Steph</i>			12h15 - 13h CAF <i>Carole</i>	12h15 - 13h Pilates <i>Steph</i>
18h15 - 19h Body barre <i>Carole</i>	18h15 - 19h HIIT <i>Steph</i>	18h15 - 19h CAF <i>Carole</i>	18h15 - 19h Body Sculpt <i>Steph</i>	
19h - 19h45 Yoga TRX <i>Carole</i>	19h - 19h45 CAF <i>Steph</i>	19h - 19h45 Pilates <i>Carole</i>		

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
	9h15 - 10h	9h15 - 10h		9h15 - 10h
	Pound <i>Steph</i>	Pilates <i>Carole</i>		CAF <i>Carole</i>
10h - 10h45	10h - 10h45	10h - 10h45	10h - 10h45	10h - 10h30
CAF <i>Carole</i>	Pilates <i>Steph</i>	Gym douce <i>Carole</i>	Circuit training <i>Steph</i>	Stretching <i>Carole</i>
10h45 - 11h15	11h - 11h45		10h45 - 11h30	
Stretching <i>Carole</i>	Pilates adapté <i>Steph</i>		Yoga <i>Steph</i>	
12h15 - 13h			12h15 - 13h	12h15 - 13h
Fitbike <i>Carole</i>			CAF <i>Steph</i>	Yin Yoga <i>Carole</i>
18h15 - 19h	18h15 - 19h	18h15 - 19h	18h15 - 19h	
Body sculpt <i>Steph</i>	Tabata training <i>Carole</i>	CAF <i>Carole</i>	Pound <i>Steph</i>	
19h - 19h45	19h - 19h45	19h - 19h45		
Stretch/Relax <i>Steph</i>	CAF <i>Carole</i>	Yoga TRX <i>Carole</i>		

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
	9h15 - 10h	9h15 - 10h		9h15 - 10h
	TRX renfo <i>Steph</i>	Pilates <i>Jennifer</i>		CAF <i>Jennifer</i>
10h - 10h45	10h - 10h45	10h - 10h45	10h - 10h45	10h45 - 11h15
CAF <i>Jennifer</i>	Stretch/relax <i>Steph</i>	Gym douce <i>Jennifer</i>	Circuit training <i>Steph</i>	Stretching <i>Jennifer</i>
10h45 - 11h15	11h - 11h45		10h45 - 11h30	
Stretching <i>Jennifer</i>	Pilates adapté <i>Steph</i>		Yoga <i>Steph</i>	
12h15 - 13h			12h15 - 13h	12h15 - 13h
Baila <i>Jennifer</i>			CAF <i>Steph</i>	Yoga <i>Jennifer</i>
18h15 - 19h	18h15 - 19h	18h15 - 19h	18h15 - 19h	
HDC <i>Steph</i>	HIIT <i>Jennifer</i>	CAF <i>Steph</i>	Fitbike <i>Maxime</i>	
19h - 19h45	19h - 19h45	19h - 19h45		
Yoga <i>Steph</i>	CAF <i>Jennifer</i>	Pilates <i>Steph</i>		

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
	9h15 - 10h	9h15 - 10h		9h15 - 10h
	Body sculpt <i>Steph</i>	Pilates <i>Jennifer</i>		CAF <i>Jennifer</i>
10h - 10h45	10h - 10h45	10h - 10h45	10h - 10h45	10h45 - 11h15
CAF <i>Jennifer</i>	Yoga <i>Steph</i>	Gym douce <i>Jennifer</i>	Baila <i>Steph</i>	Stretching <i>Jennifer</i>
10h45 - 11h15	11h - 11h45		10h45 - 11h30	
Stretching <i>Jennifer</i>	Pilates adapté <i>Steph</i>		Pilates <i>Steph</i>	
12h15 - 13h			12h15 - 13h	12h15 - 13h
HIIT <i>Jennifer</i>			CAF <i>Steph</i>	Pilates <i>Jennifer</i>
18h15 - 19h	18h15 - 19h	18h15 - 19h	18h15 - 19h	
Pound <i>Steph</i>	Baila <i>Jennifer</i>	CAF <i>Steph</i>	HDC <i>Steph</i>	
19h - 19h45	19h - 19h45	19h - 19h45		
Pilates <i>Steph</i>	CAF <i>Jennifer</i>	Yoga <i>Steph</i>		