

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
08h30 30' TT TAF - Victor	08h30 TAF - Kim	8h30 2 Fitball - Claire	1er novembre	08h30 Total Pump - Délis		
09h15 Spinning - Claire	09h30 Aquabike	8h45 45' TT Cardio - Victor	Jour Férié	09h30 2 Gym Silhouette - Sylvie	9h30 2 Body&Mind - Sylvie	10h00 30' TT Abdos - Victor
9h30 30' TT Force - Victor	09h30 Gym Tonic - Kim	9h30 Total Pump - Délis	Le club est ouvert de 9h à 19h	10h45 Aquagym - Sylvie	10h30 TAF - Kim	10h30 Aquagym - Sylvie
9h30 2 Pilates - Violette	10h45 60' Aquagym	9h30 2 Pilates - Claire	Vos cours :		11h30 45' Girly Boxing - Ben	10h30 Body sculpt - Victor
10h00 30' TT Cardio - Victor		10h30 Spinning - Claire	09h30 Aquaboxing - Ben			11h45 Aquaburning - Victor
10h15 Body Sculpt - Claire		10h45 Aquagym - Délis	17h30 Bootcamp - Ben			
10h30 2 Stretching - Violette						
10h - 12h Animation tennis						
10h45 Aquagym						
11h30 90' Marche nordique					16h00 30' TT TRX - Ben	
					16h30 Body Sculpt - Ben	17h30 Spinning - Michaël
					17h30 Mixed Martial - Ben	17h30 30' TT TRX - Victor
	18h00 30' TT Cardio - Ben					
	19h - 21h Animation badminton					
	18h30 Mixed Martial - Ben	18h30 2 Pilates - Claire		17h30 30' TT Natation - Ben		
18h30 TAF - Kim	18h30 Aquabike - Kim	18h30 45' Aquaburning - Victor		18h30 60' TT Force - Ben		
19h30 Aquagym - Délis	19h30 45' Aqua Boxing - Ben	19h00 - 21h Anim. tennis de table		19h00 - 21h Animation Badminton		
19h30 Zumba - Lolly	19h30 Body Sculpt - Claire	19h30 30' 2 Body Xpress - Claire		19h30 Mixed Martial - Ben		
20h30 2 Yoga - Sylvie	20h30 Spinning - Claire					
	20h30 30' TT TRX - Ben					

- Musculaire
- Cardio
- Détente
- Team Training
- Piscine 45'
- Raquettes
- Outdoor
- 30' Durée du cours
- 2 Studio 2

Inscription obligatoire à l'accueil pour les cours de Marche Nordique, Aquabike, Aquaburning, Aquaboxing et Animation tennis