

Planning Terrestre à partir du 3 septembre 2018

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

Matinée

Midi

Soirée

	Lundi		Mardi		Mercredi		Jeudi		Vendredi		Samedi	
	APOLLON	VENUS	APOLLON	VENUS	APOLLON	VENUS	APOLLON	VENUS	APOLLON	VENUS	APOLLON	VENUS
Matinée	Butty Leg Abdos 9h15 - 10h00 YOGA 10h15 - 11h15		Circuit Training 9h15 - 10h00 Stretching 10h00 - 10h30		Fit Ball 9h15 - 10h00 Pilates 10h15 - 11h00		Pilates 9h15 - 10h00 Body Sculpt 10h15 - 11h00 Stretching 11h00 - 11h45		LES MILLS BODYBALANCE 9h15 - 10h15		LES MILLS BODYPUMP 10h30 - 11h15 Spinning* 11h30 - 12h15 YOGA 16h00 - 17h00	
Midi	Cardio-Boxe 12h15 - 13h00	Butty Leg Abdos 12h15 - 13h00	LES MILLS BODYPUMP 12h15 - 13h00		JUMP FIT 12h15 - 12h45 LES MILLS CXWORX 12h45 - 13h15	Spinning* 12h15 - 13h00	LES MILLS BODYSTEP 12h15 - 13h00	Pilates 12h15 - 13h00	Circuit Training 12h15 - 13h00	ZUMBA 12h15 - 13h00		
Soirée	JUMP FIT 18h15 - 19h00 LES MILLS BODYPUMP 19h15 - 20h15	Butty Leg Abdos 18h15 - 19h00 LES MILLS BODYBALANCE 19h15 - 20h00	ZUMBA 18h15 - 19h15 LES MILLS BODYCOMBAT 19h15 - 20h00	Spinning* 18h15 - 19h00 Butty Leg 19h15 - 19h45	LES MILLS BODYPUMP 18h15 - 19h15 LES MILLS BODYSTEP 19h15 - 20h00	LES MILLS BODYBALANCE 18h15 - 19h00 Spinning* 19h15 - 20h00	YOGA 18h15 - 19h15 JUMP FIT 19h15 - 20h00	LES MILLS CXWORX 18h30 - 19h00 Pilates 19h00 - 19h45	ZUMBA 18h15 - 19h15	Spinning* 18h15 - 18h45 LES MILLS CXWORX 18h45 - 19h15		
	Cardio-Boxe 20h15 - 21h00	Spinning* 20h15 - 21h00	Fit'N Hiit cardio 20h15 - 21h00	X - Abdos 19h45 - 20h15 Stretching 20h15 - 20h45	LES MILLS CXWORX 20h00 - 20h30 Stretching 20h30 - 21h00		Fit'N Hiit force 20h00 - 20h30		LES MILLS BODYPUMP 19h15 - 20h15			

Dimanche

- APOLLON**
- Body Sculpt**
10h30 - 11h30
- Stretching**
11h30 - 12h00