

# Nos cours collectifs

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

**BODY BALANCE**

09h00 - 10h00

**CAF/STRETCHING**

09h00 - 10h00

**YOGA**

09h30 - 10h30

**BODY BALANCE**

10h00 - 11h00

**CROSS TRAINING /  
STRETCHING**

10h00 - 11h00

**CAF/STRETCHING**

10h00 - 11h00

**STRETCHING**

10h00 - 11h00

**YOGA**

10h30 - 11h30

**BODY ÉQUILIBRE**

12h20 - 13h05

**BIKE**

12h20 - 13h05

**CAF**

12h20 - 13h05

**BODY SCULT**

12h20 - 13h05

**CAF**

17h00 - 17h45

**BODY EQUILIBRE**

17h40 - 18h20

**BODY SCULT**

17h40 - 18h20

**TABATA**

17h40 - 18h10

**BODY BARRE**

17h40 - 18h10

**BIKE**

17h50 - 18h35

**BODY BARRE**

18h30 - 19h15

**BODY COMBAT**

18h30 - 19h15

**ABDOS**

18h20 - 18h50

**BIKE**

18h20 - 18h50

**BODY COMBAT**

18h45 - 19h30

**CROSS TRAINING**

19h15 - 19h45

**BIKE**

19h00 - 19h30

