

Planning des activités en salle

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
					9h - 9h45 Pilates 10h -10h45 Stretching 11h -11h45 Body-sculpt
12h30 - 13h15 Pilates	12h30 - 13h15 Stretching	12h30 - 13h15 *CAF	12h30 -13h15 Pilates	12h30 -13h15 Stretching	
18h30 - 19h15 Cross-training	18h30 - 19h15 Body-sculpt	18h30 - 19h15 Step	18h30 - 19h15 Cross-training	18h30 - 19h15 Body-sculpt	

*CAF = Cuisses, Abdos,
Fessiers

[L'aquarena](#)

À télécharger

[Planning des activites en salle](#) (.pdf - 38.95 Ko)