

## PLANNING DES COURS FITNESS > Durée des cours 45 min

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
10h00 - 10h45	BODY SCULPT	BODY VATEL		BODY SCULPT	CUISSE ABDO FESSIER	BODY VATEL
11h00 - 11h45	PILATES Niveau 2	STRETCHING	TAILLE ABDO FESSIER	STRETCHING	PILATES	STRETCHING
12h30 - 13h15	BODY VATEL	CUISSE ABDO FESSIER	PILATES	TAILLE ABDO FESSIER	POWERFIT	
18h00 - 18h45	CUISSE ABDO FESSIER	BODY SCULPT	POWERFIT	BODY VATEL	TAILLE ABDO FESSIER	
19h00 - 19h45	STRETCHING	BODY VATEL	CUISSE ABDO FESSIER	PILATES	STRETCHING	

## PLANNING DES COURS AQUATIQUES > Durée des cours 45 min

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
09h00 - 09h45	AQUA GYM 1	AQUA TONIC 2	AQUA PALMES 3	AQUA TONIC 2	AQUA GYM 1	AQUA GYM 1
10h00 - 10h45	AQUA TONIC 2	AQUA GYM 1	AQUA GYM 1	AQUA GYM 1	AQUA TONIC 2	AQUA GYM 1
11h00 - 11h45	AQUA GYM 1	AQUA TONIC 2		AQUA TONIC 2	AQUA GYM 1	
12h30 - 13h15	AQUA GYM 1	AQUA PALMES 3		AQUA FITNESS 3	AQUA TONIC 2	
18h00 - 18h45	AQUA GYM 1	AQUA FITNESS 3	AQUA PALMES 3	AQUA GYM 1		
19h00 - 19h45	AQUA PALMES 3	AQUA GYM 1	AQUA GYM 1	AQUA FITNESS 3		

- 1 ► Niveau 1
- 2 ► Niveau 2
- 3 ► Niveau 3