

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
9h30 – 10h15 Abdos Fessiers	9h30 – 10h30 Haut du Corps	9h30 – 10h30 Body Pump	9h30 – 10h30 Abdos Fessiers	9h30 – 10h15 Lady Forme	10h00 – 10h45 Body Pump	10h00 – 11h00 Body Pump
					11h00-11h45 Body combat	11h15 – 11h45 Abdos Fessiers
12h30 – 13h15 Pilates					12h00– 12h45 Zumba	12h00 – 13h00 RPM
					12h00 – 13h00 RPM	
18h30 – 19h15 Body Pump	18h30 – 19h00 Abdos Fessiers	18h30 – 19h15 Circuit Training	18h30 – 19h30 RPM	18h30 – 19h00 Cardio Attack		
19h30 – 20h15 Cardio Attack	19h15 – 20h00 Fit Boxing	19h15 – 20h15 RPM	19h45– 20h30 Lady Forme	19h15 – 20h00 Body Pump		
20h15 – 21h00 Cardio danse	20h15 – 21h00 RPM	20h15 – 20h45 Stretching	19h30 – 20h30 Yoga	20h15 – 21h00 RPM		

Du **lundi** au **vendredi** de 7h00 à 22h00

Samedi de 9h00 à 18h00

Dimanche de 9h00 à 17h00

TOUS LES COURS SONT SUR RÉSERVATION

www.energieforme.net