

### SEMAINE PAIRE

LUNDI	17 H 30 - 18 H 30	PILATES	NIVEAU 1	MARIE-HELENE	PETITE SALLE	
	18 H 30 - 19 H 30	PILATES	NIVEAU 2	MARIE-HELENE	PETITE SALLE	
	18 H 30 - 19 H 30	BODY SCULPT	TOUS NIVEAUX	MEGANE		
	19 H 30 - 20 H 30	ZUMBA	TOUS NIVEAUX	MEGANE		
MARDI	10 H 00 - 11 H 00	STRETCHING	TOUS NIVEAUX	MARIE-HELENE		
	18 H 00 - 19 H 00	GYM DOUCE	TOUS NIVEAUX	CORINE		
	19 H 00 - 20 H 00	CARDIO DANCE	TOUS NIVEAUX	CORINE		
	20 H 00 - 21 H 00	STEP	TOUS NIVEAUX	CORINE		
MERCREDI	17 H 30 - 19 H 00	YOGA	TOUS NIVEAUX	MARIE-HELENE		Ancienne MJC
JEUDI	9 H 45 - 10 H 30	GYM DOUCE	TOUS NIVEAUX	CORINE		
	10 H 30 - 11 H 30	STEP	TOUS NIVEAUX	CORINE		
	18 H 00 - 19 H 00	STRETCHING	TOUS NIVEAUX	MARIE-HELENE		
	19 H 00 - 20 H 00	BODY SCULPT	TOUS NIVEAUX	KRISTEL		
	20 H 00 - 21 H 00	STEP	NIVEAU 2	KRISTEL		
VENDREDI	9 H 45 - 10 H 30	BODY SCULPT	TOUS NIVEAUX	KRISTEL		
	10 H 30 - 11 H 15	LIA	TOUS NIVEAUX	KRISTEL		

### SEMAINE IMPAIRE

LUNDI	17 H 30 - 18 H 30	PILATES	NIVEAU 1	MARIE-HELENE	PETITE SALLE	
	18 H 30 - 19 H 30	PILATES	NIVEAU 2	MARIE-HELENE	PETITE SALLE	
	18 H 30 - 19 H 30	BODY SCULPT	TOUS NIVEAUX	MEGANE		
	19 H 30 - 20 H 30	STEP	TOUS NIVEAUX	MEGANE		
MARDI	10 H 00 - 11 H 00	STRETCHING	TOUS NIVEAUX	MARIE-HELENE		
	18 H 00 - 19 H 00	GYM DOUCE	TOUS NIVEAUX	CORINE		
	19 H 00 - 20 H 00	ZUMBA	TOUS NIVEAUX	CORINE		
	20 H 00 - 21 H 00	PILOXING	TOUS NIVEAUX	CORINE		
MERCREDI	17 H 30 - 19 H 00	YOGA	TOUS NIVEAUX	MARIE-HELENE		Ancienne MJC
JEUDI	9 H 45 - 10 H 30	GYM DOUCE	TOUS NIVEAUX	CORINE		
	10 H 30 - 11 H 30	STEP	TOUS NIVEAUX	CORINE		
	18 H 00 - 19 H 00	STRETCHING	TOUS NIVEAUX	MARIE-HELENE		
	19 H 00 - 20 H 00	FITNESS BARRES	TOUS NIVEAUX	KRISTEL		
	20 H 00 - 21 H 00	STEP	NIVEAU 2	KRISTEL		
VENDREDI	9 H 45 - 10 H 30	BODY SCULPT	TOUS NIVEAUX	KRISTEL		
	10 H 30 - 11 H 15	LIA	TOUS NIVEAUX	KRISTEL		