

	COURS COLLECTIFS		AQUAGYM	
<b>LUNDI</b> 09H00 - 13H30 14H30 - 21H00	09H30	CIRCUIT TRAINING 45'	10H30	TOTAL AQUA 45'
			12H15	TOTAL AQUA 45'
	14H30	DANCE PARTY 45'	15H30	TOTAL ZUMBA 45'
	18H00	TOTAL SILHOUETTE 45'	18H00	AQUA ZUMBA 45'
	19H00	SH BAM 45'	18H45	AQUA RHYTMO 30'
<b>MARDI</b> 09H00 - 13H30 14H30 - 21H00	9H30	GYM BALLON	10H30	AQUA ZUMBA 45'
			12H15	AQUA RHYTMO 45'
	14H30	SPECIAL DOS 45'	15H30	AQUA RHYTMO 45'
	18H00	CAF 45'		
	19H00	CARDIO BOXE 45'	18H00	AQUA COMBAT 45'
		18H45	AQUA 30'	
<b>MERCREDI</b> 09H00 - 13H30 14H00 - 20H00	9H30	PILATES 45'	10H30	AQUA RHYTMO 45'
			12H15	AQUA SCULPT 45'
	17H15	TRAINING 45'		
	18H00	CAF 45'	17H45	AQUA RYTHMO 45'
	19H00	STEP 45'	18H30	CIRCUIT TRAINING 30'
<b>JEUDI</b> 09H00 - 13H30 14H30 - 21H00	9H30	STRETCHING	10H30	AQUA RYTHMO 45'
	18H00	GYM BALLON 45'	18H00	AQUA RYTHMO 45'
	19H00	CIRCUIT TRAINING	18H45	AQUA RYTHMO 30'
<b>VENDREDI</b> 09H00 - 13H30 14H30 - 21H00	9H30	CORE TRAINING 45'	10H30	AQUA 45'
			12h15	AQUA 45'
	14H30	GYM DOUCE /STRETCHING 45'	15H30	TOTAL AQUA 45'
	18H00	CORE TRAINING 45'		
	19H00	SH BAM 45'		
<b>SAMEDI</b> 9H00-12H30	09H45	TOTAL SILHOUETTE 45'	11H15	AQUA RHYTMO 45'
	10h45	STRETCHING 30'		