



PLANNING HEBDOMADAIRE DES COURS

		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
08:30	08:45						
08:45	09:00						
09:00	09:15			ZUMBA Maman - Enfant		ZUMBA	
09:15	09:30	YIN YOGA Aérien	YOGA Dansé Débutant		YIN YOGA Aérien		
09:30	09:45						STRONG NATION
09:45	10:00						
10:00	10:15			YOGA Aérien Maman-Enfant		YOGA Aérien	
10:15	10:30				YOGA Aérien Sculpt		
10:30	10:45	YOGA Vinyasa	PILATES				
10:45	11:00						
11:00	11:15						
11:15	11:30						
11:30	11:45						
11:45	12:00						
12:00	12:15						
12:15	12:30	YOGA Sculpt	PILATES Fusion	YOGA Aérien Sculpt	YOGA Dansé Débutant	MOOV DETOX	
12:30	12:45						
12:45	13:00						
13:00	13:15						
13:15	13:30						
13:30	13:45						
13:45	14:00						
14:00	14:15			COMMERCIALE 6-9			
14:15	14:30						
14:30	14:45						
14:45	15:00						
15:00	15:15			HIP-HOP 10-12			
15:15	15:30						
15:30	15:45						
15:45	16:00						
16:00	16:15			HIP-HOP 13-15			
16:15	16:30						
16:30	16:45		YOGA Ado - Enfant				
16:45	17:00						
17:00	17:15	DANSE AÉRIENNE Enfant		HIP-HOP 16+	COMMERCIALE 13-15		
17:15	17:30						
17:30	17:45						
17:45	18:00						
18:00	18:15	YOGA Dansé Débutant	YOGA Vinyasa	YOGA Dansé Avancé	DANSE AÉRIENNE Adulte		
18:15	18:30						
18:30	18:45						
18:45	19:00						
19:00	19:15	YOGA Aérien		ZUMBA	COMMERCIALE Adulte		
19:15	19:30						
19:30	19:45						
19:45	20:00						
20:00	20:15	YOGA & Sound !		YOGA Aérien	YOGA Immersif !		
20:15	20:30						
20:30	20:45						
20:45	21:00						
21:00	21:15						
21:15	21:30						

 = cours adultes
 = cours enfants