

LUNDI			MARDI			MERCREDI			JEUDI			VENDREDI			SAMEDI			DIMANCHE		
Dojo	Studio	Muscu	Dojo	Studio	Muscu	Dojo	Studio	Muscu	Dojo	Studio	Muscu	Dojo	Studio	Muscu	Dojo	Studio	Muscu	Dojo	Studio	Muscu
YOGA Iyengar avancés 9H-10H30 Clémentine						YOGA Iyengar débutants 9H-10H30 Hélène									PILATES BALLON 9H-9H45 Florian					
	BODYSULPT 10H-11H Stéphanie				MUSCU CARDIO COACHING		BODYSULPT 10H-11H Stéphanie			BODYSULPT 10H-11H Stéphanie					KARATÉ Blanche à marron 9H45-11H	BODYSULPT 10H-10H45 Florian				
	STRETCHING 11H-11H30 Stéphanie				10H-11H30 Stéphanie					STRETCHING 11H-11H30 Stéphanie					Marron à noire 11H-12H30 Jacques	STRETCHING 10H45-11H30 Florian		YOGA 11H-12H30 Anda		
KARATÉ 12H30-13H30 Jacques			YOGA Vinyasa avancés 12H30-13H30	PILATES 12H30-13H30 Michèle		KARATÉ 12H30-13H30 Jacques			YOGA Vinyasa 12H30-13H30	PILATES 12H30-13H30		KARATÉ 12H30-13H30 Jacques	FIT BOXING 12H30-13H30 Boubou		JUDO ENFANTS 4 à 8 ans 12H30-13H30					
			Méditation 13H30-14H Anda			JUDO ENFANTS 4 à 5 ans 13H30-14H15			Relaxation 13H30-14H Karin						9 à 12 ans 13H30-14H30 Fabrice					
						6 à 8 ans 14H15-15H15									JUDO 14H30-16H Fabrice	PILATES 15H-16H Anda				
						9 à 12 ans 15H15-16H15 Fabrice										YOGA Vinyasa intense 16H-17H30 Anda				
		MUSCU CARDIO COACHING																		
		16H-18H30 Florian																		
KARATÉ ENFANTS 7 à 12 ans 17H45-18H45 Jacques	BODYSULPT 18H30-19H		JUDO 18H15-19H30 Fabrice		MUSCU CARDIO COACHING 18H00-19H30 Sylvain	KARATÉ ENFANTS 7 à 12 ans 17H15-18H15	PILATES Débutants 18H15-19H15							KARATÉ ENFANTS 7 à 12 ans 18H-19H		COACHING BILAN FORME CONSEILS DIÉTÉTIQUES	KICK BOXING 17H30-19H Boubou			
YOGA Hatha 19H-20H30 Rayan	ABDO/ FESSIERS 19H-19H30		KICK BOXING 19H30-20H45 Boubou		KIKENCROSS Session 1 19H30-20H15	Adolescents 18H15-19H15 Jacques	Avancés 19H15-20H15 Anda		Iyengar Tous niveaux 19H-20H30 Fanny	MUSCU CARDIO COACHING				KARATÉ 19H-20H15 Jacques		18H-20H Thomas et Samy				
KARATÉ Tous niveaux 20H30-21H45 Jacques	RENFO/ POSTURAL 19H30-19H45 Florian					KARATÉ Débutants 19H15-20H30				18H30-21H										
	STRETCHING 19H45-20H30 Florian		MMA 20H45-22H Walid		Session 2 20H15-21H Sylvain	Avancés 20H30-21H45 Jacques			KICK BOXING 20H-21H30 Boubou			Thomas et Samy								