

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE	
7h-10h								
10h-11h	Lady' Automassages- Assouplissements 10h15-11h	Lady'Yoga 10h15-11h15		Lady'Pilates 10h15-11h	Lady'CT 10h45-11h30	Lady' Gym douce 10h15-11h		
11h-12h	Lady'Etirements 11h05-11h45	Lady'Sculpt 11h30-12h15	Lady'Sculpt 11h-11h45	Lady'Qi gong 11h15-12h15	Lady' Sophrologie* 11h35-12h15	Lady' Automassages- Assouplissements 11h-11h45		
12h-13h	Lady'Etirements 12h30-13h15	Lady'bodyART 12h30-13h15	Lady'CT 12h30-13h15	Lady'Sculpt 12h30-13h15	Lady'Pilates 12h30-13h15			
13h-14h								
14h-17h								
17h-18h	Lady'Pilates 17h15-18h	Lady'Pilates 17h30-18h15	Lady'Tabata 17H30-18h15		Lady' Gym douce 17h15-18h	ACCES BAGDE AUTONOME		
18h-19h	Lady'Sculpt 18H15-19h		Lady'Tabata 18h30-19h15	Lady' Automassages- Assouplissements 18h-18h45	Lady'bodyART 18h30-19h15			
19h-20h	Lady'Pilates 19h05-19h50	Lady'HIIT 19h-19h45	Lady'Yoga 19h30-20h30	Lady'Sculpt 19h-19h45	Lady' Automassages- Assouplissements 19h15-20h			
20h-22h								
							* salle du bas	