

Salle 4 Danse /Gym /Yoga (planning mis à jour le 2/9/2014 par Michel PESCH Adjoint aux sports et à la jeunesse)

Hrs	LUNDI	Hrs	MARDI	Hrs	MERCREDI	Hrs	JEUDI	Hrs	VENDREDI	Hrs	SAMEDI	Hrs	DIMANCHE
8		8		8	08H00 NETTOYAGE	8		8	08H30 NETTOYAGE	8		8	
9	09H00 Fit'N Form	9		9	09H00	9		9	09H15	9		9	
10	BODY SCULPT 10H00 10H00 Fit'N Form	10		10		10		10	09H15 Fit'N Form BODY SCULPT 10H15	10	09H30 Fit'N Form BODY SCULPT 10H30	10	
11	PILATES 11H00	11	10H45 NETTOYAGE 11H45	11		11	10H30 Fit'N Form Gym APA 11H30	11	10H15 Fit'N Form Gym douce 11H15	11	10H30 ECOLE DE DANSE 11H30	11	
12		12		12		12		12		12	11H30	12	
13		13		13		13		13		13		13	
14		14		14	13H30	14		14	14H15 NETTOYAGE	14	14H00 Fit'N Form BODY SCULPT 15H00	14	14H00 Fit'N Form BODY SCULPT 15H00
15	15H00	15	BODY SCULPT 15H00 15H00 Fit'N Form	15	15H00	15	14H15 NETTOYAGE	15	15H00 Fit'N Form Gym douce 16H00	15	15H00 Fit'N Form Gym douce 16H00	15	15H00
16	YOGA du DOS 16H30	16	STRETCHING 16H00	16	16H00	16	16H15	16		16		16	
17	17H00	17	16H30	17		17		17	17H00	17	17H00	17	17H30
18	YOGA 18H30	18	18H30	18	18H30	18	17H00 ECOLE DE DANSE 18H30	18	18H30	18	17H00 ECOLE DE DANSE	18	
19	18H30 Fit'N Form BODY SCULPT 19H30	19	18H30	19	18H30 Fit'N Form Step 19H15	19	18H30	19	18H30 YOGA 19H00	19	19H00 Fit'N Form	19	
20	19HH30 Fit'N Form PILOXING 20H15	20	20H00	20	19H15 Fit'N Form Aéro Danse 20H15	20	20H00	20	20H00 Fit'N Form BODYBARRE 21H00	20	20H00 Fit'N Form ZUMBA STEP 19H45 19H45 Fit'N Form abdo-fessiers 20H30	20	
21	20HH15 Fit'N Form BODY SCULPT 21H00	21	20H00 Fit'N Form ZUMBA 21H00	21	20H15 Fit'N Form CARDIO'N PUNCH 21H15	21		21		21		21	
22		22		22		22		22		22		22	

(a) Zumba (1er mardi)