



LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI	
CAF 8h30 - 9h30		Pilates 8h30 - 9h30		Stretching 8h30 - 9h30		Biking 8h30 - 9h15		Cardio-Boxing 8h30 - 9h	
Biking 9h30 - 10h15	Gym séniors 9h30 - 10h30	Abdos Flash 9h30 - 10h Race Walker 10h - 10h30		Gym séniors 9h30 - 10h30		CAF 9h30 10h15	Yoga 9h30 10h30	Pilates 9h30 - 10h30	
CAF 18h30 - 19h15	Pilates et postures 18h30 - 19h30	Biking 18h30 - 19h15				Sculpt Fit Abdos + 18h30 - 19h15			
Biking flash 19h15 - 19h45		Cardio-Boxing 19h30 - 20h		Yoga 19h - 20h		Race Walker 19h15 - 19h45			
Cross Training** 20h - 20h30	Stretching Souplesse 19h30 - 20h30	Yoga 19h30 - 20h30		Zumba 19h30 - 20h30		Cross Training** 20h - 20h30			

SALLES	Petit Croisse Baulet	Mont joux	Aiguille Croche	Christomet	Grand Croisse Baulet
--------	-------------------------	-----------	-----------------	------------	-------------------------

Infos : Un minimum de 3 personnes est requis pour ces cours.

\*\* Cours pour confirmés



LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI	
CAF 8h30 - 9h30		Pilates 8h30 - 9h30		Stretching 8h30 - 9h30		Biking 8h30 - 9h15		Cardio-Boxing 8h30 - 9h	
Biking 9h30 - 10h15	Gym séniors 9h30 - 10h30	Abdos Flash 9h30 - 10h Race Walker 10h - 10h30		Gym séniors 9h30 - 10h30		CAF 9h30 10h15	Yoga 9h30 10h30	Pilates 9h30 - 10h30	
CAF 18h30 - 19h15	Pilates et postures 18h30 - 19h30	Biking 18h30 - 19h15				Sculpt Fit Abdos + 18h30 - 19h15			
Biking flash 19h15 - 19h45		Cardio-Boxing 19h30 - 20h		Yoga 19h - 20h		Race Walker 19h15 - 19h45			
Cross Training** 20h - 20h30	Stretching Souplesse 19h30 - 20h30	Yoga 19h30 - 20h30		Zumba 19h30 - 20h30		Cross Training** 20h - 20h30			

SALLES	Petit Croisse Baulet	Mont joux	Aiguille Croche	Christomet	Grand Croisse Baulet
--------	-------------------------	-----------	-----------------	------------	-------------------------

Infos : Un minimum de 3 personnes est requis pour ces cours.

\*\* Cours pour confirmés