

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
07:30 08:30			RENFORCEMENT		CARDIO
08:30 09:30			CARDIO		SEMI PRIVÉ
10:30 11:30				SEMI PRIVÉ	
12:00 13:00	GAINAGE ET STABILITÉ	CARDIO	SEMI PRIVÉ		GAINAGE ET STABILITÉ
13:30 14:30			RENFORCEMENT	CARDIO	
14:30 15:30			CARDIO	RENFORCEMENT	
17:00 18:00	SEMI PRIVÉ	CARDIO	SEMI PRIVÉ	RENFORCEMENT	
18:00 19:00	RENFORCEMENT	RENFORCEMENT		CARDIO	