

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 9H-10H30 Clémentine			KARATÉ 7H45-8H45 Frédéric			YOGA Iyengar 9H-10H30 Clémentine									PILATES BALLON 9H-9H45 Florian						KIKENCROSS 9H30-10H30	
	BODYSULPT 10H-11H Stéphanie				MUSCU CARDIO COACHING 10H-11H30 Stéphanie									MUSCU CARDIO COACHING 10H-11H30 Stéphanie	BODYSULPT 10H-11H Stéphanie							
	STRETCHING 11H-11H30 Stéphanie														STRETCHING 11H-11H30 Stéphanie				YOGA 11H-12H30 Anda		MUSCU COACHING BILAN PERSO 10H30-14H Yannick	
KARATÉ 12H30-13H30 Jacques			YOGA Vinyasa 12H30-13H30 Michèle	PILATES 12H30-13H30 Michèle		KARATÉ 12H30-13H30 Jacques			YOGA Vinyasa 12H30-13H30 Michèle	PILATES 12H30-13H30 Michèle		KARATÉ 12H30-13H30 Jacques			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																
KARATÉ ENFANTS 5 à 7 ans 17H-17H45		MUSCU CARDIO COACHING 16H-18H30 Florian				KARATÉ ENFANTS 5 à 7 ans 16H15-17H									YOGA Vinyasa intense 16H-17H30 Anda							
8 à 11 ans 17H45-18H45 Jacques	BODYSULPT 18H30-19H		JUDO 18H15-19H30 Fabrice		MUSCU CARDIO COACHING 18H30-19H30 Sylvain	8 à 12 ans 17H-18H	PILATES Débutants 18H15-19H15		YOGA Iyengar débutant 17H50-19H		MUSCU CARDIO COACHING 18H30-19H30 Thomas / Samy	KARATÉ ENFANTS 18h-19h Jacques		COACHING BILAN FORME CONSEILS DIÉTÉTIQUES 18H-20H Thomas / Samy	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 avancé 19H-20H25 Nariman			KIKENCROSS Session 1 19H30-20H15	KARATÉ 19H-20H15 Jacques										
KARATÉ Tous niveaux 20H30-21H45 Jacques	CARDIO 19H30-19H45 Florian		MMA 20H45-22H Marie		Session 2 20H15-21H Sylvain	KARATÉ Débutants 19H15-20H30			KICK BOXING 20H30-22H Boubou		Session 2 20H15-21H Thomas / Samy	MMA 20H30-22H Marie										
	STRETCHING 19H45-20H30 Florian					Avancés 20H30-21H45 Jacques																