

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

