

# Planning du 30 juillet au 5 août

\* Activités interrompues du 6 août au 2 septembre

lundi 30 juillet 2018			mardi 31 juillet 2018			mercredi 1 août 2018			jeudi 2 août 2018			vendredi 3 août 2018			samedi 4 août 2018			dimanche 5 août 2018		
9h15	TOTAL SCULPT 45 MN	JEAN MARC	9h15	GYM 45 MN	ODILE	9h15	TOTAL SCULPT 45 MN	CLAUDE	9h15	GYM 45 MN	ABDEL	9h15	TOTAL SCULPT 45 MN	ODILE						
															9h45	ABDOS TAILLE 30 MN	ABDEL			
10h	CAF 45MN	JEAN MARC	10h	STRETCHING 30 MN	ODILE	10h	STRETCHING 30 MN	CLAUDE	10h	GYM DOUCE 45 MN	ABDEL	10h	* YOGA 60 MN	ODILE	10h15	TOTAL SCULPT 45 MN	ABDEL	10h15	GYM MN	45 STEPHANIE
																		11h	BODY PUMP 60 MN	STEPHANIE
																		12H	STRETCHING 30 MN	STEPHANIE
12h15	BARRE AU SOL 45 MN	CELINE	12h15	TOTAL SCULPT 45 MN	JEAN MARC	12h15	PILATES 60 MN	MARIE ANNICK				12h15	TOTAL SCULPT 45 MN	ODILE	12h15	GYM 45 MN	ABDEL	12Hh3 0	CARDIO GYM 45 MN	STEPHANIE
13h	AB FESSIERS 30 MN	ODILE	13h	ABDOS TAILLE 30 MN	JEAN MARC				13h	CAF 45MN	ABDEL				13h	AB FESSIERS 30 MN	ABDEL			
						13h15	GYM 45 MN	MARIE ANNICK												
			17h30	PILATES 60 MN	MARIE ANNICK															
18h	TOTAL SCULPT 45 MN	ODILE				18h	GYM CARDIO 45 MN	JEAN MARC				18h	AFROFIT 45 MN	ABDEL						
									18h15	TOTAL SCULPT 45 MN	ABDEL									
			18h30	ABDOS STRETCHING 45 MN	MARIE ANNICK															
18h45	STEP 45 MN	MARIE ANNICK										18h45	BODY BARRE 60 MN	ABDEL						
			19h15	AFROFIT 60 MN	ABDEL				19h	CARDIO DANCE 60 MN	ABDEL									
19h30	PILATES 60 MN	MARIE ANNICK				19h30	ABDOS TAILLE 30 MN	JEAN MARC												
			20h15	BODY BARRE 60 MN	ABDEL	20h	* BOXE FRANC. 60 MN	JEAN MARC	20h	BODY BARRE 60 MN	ABDEL									
			21h15	AB FESSIERS 30 MN	ABDEL				21h	AB FESSIERS 30 MN	ABDEL									

# Planning du 6 août au 12 août

lundi 6 août 2018			mardi 7 août 2018			mercredi 8 août 2018			jeudi 9 août 2018			vendredi 10 août 2018			samedi 11 août 2018			dimanche 12 août 2018		
9h15	TOTAL SCULPT 45 MN	CLAUDE	9h15	GYM 45 MN	CLAUDE	9h15	TOTAL SCULPT 45 MN	CLAUDE	9h15	GYM 45 MN	ABDEL	9h15	TOTAL SCULPT 45 MN	ABDEL						
															9h45	ABDOS TAILLE 30 MN	ABDEL			
10h	CAF 45MN	CLAUDE	10h	STRETCHING 30 MN	CLAUDE	10h	STRETCHING 30 MN	CLAUDE	10h	GYM DOUCE 45 MN	ABDEL	10h	STRETCHING 45 MN	ABDEL	10h15	TOTAL SCULPT 45 MN	ABDEL	10h15	GYM MN	45 STEPHANIE
																		11h	BODY PUMP 60 MN	STEPHANIE
																		12H	STRETCHING 30 MN	STEPHANIE
12h15	BARRE AU SOL 45 MN	CLAUDE	12h15	TOTAL SCULPT 45 MN	BADIR	12h15	PILATES 60 MN	MARIE ANNICK				12h15	TOTAL SCULPT 45 MN	ABDEL	12h15	GYM 45 MN	ABDEL	12Hh3 0	CARDIO GYM 45 MN	STEPHANIE
			13h	ABDOS TAILLE 30 MN	BADIR				13h	CAF 45MN	ABDEL				13h	AB FESSIERS 30 MN	ABDEL			
						13h15	GYM 45 MN	MARIE ANNICK												
			17h30	PILATES 60 MN	MARIE ANNICK															
18h	TOTAL SCULPT 45 MN	MARIE ANNICK				18h	GYM CARDIO 45 MN	CLAUDE				18h	AFROFIT 45 MN	ABDEL						
									18h15	TOTAL SCULPT 45 MN	ABDEL									
			18h30	TOTAL BODY CONDITION 45 MN	MARIE ANNICK															
18h45	STEP 45 MN	MARIE ANNICK				18h45	AFRO FIT 45 MN	CLAUDE				18h45	BODY BARRE 60 MN	ABDEL						
			19h15	AFROFIT 60 MN	ABDEL				19h	CARDIO DANCE 60 MN	ABDEL									
19h30	PILATES 60 MN	MARIE ANNICK				19h30	ABDOS TAILLE 30 MN	CLAUDE												
			20h15	BODY BARRE 60 MN	ABDEL				20h	BODY BARRE 60 MN	ABDEL									
			21h15	AB FESSIERS 30 MN	ABDEL				21h	AB FESSIERS 30 MN	ABDEL									

# Planning du 13 août au 19 août

lundi 13 août 2018			mardi 14 août 2018			mercredi 15 août 2018			jeudi 16 août 2018			vendredi 17 août 2018			samedi 18 août 2018			dimanche 19 août 2018		
9h15	TOTAL SCULPT 45 MN	CLAUDE	9h15	GYM 45 MN	CLAUDE				9h15	GYM 45 MN	ABDEL	9h15	TOTAL SCULPT 45 MN	ABDEL						
						9h45	ABDOS TAILLE 30 MN	ABDEL							9h45	ABDOS TAILLE 30 MN	CLAUDE			
10h	CAF 45MN	CLAUDE	10h	STRETCHING 30 MN	CLAUDE	10h15	TOTAL SCULPT 45 MN	ABDEL	10h	GYM DOUCE 45 MN	ABDEL	10h	STRETCHING 45 MN	ABDEL	10h15	TOTAL SCULPT 45 MN	CLAUDE	10h15	GYM MN 45	STEPHANIE
																		11h	BODY PUMP 60 MN	STEPHANIE
																		12H	STRETCHING 30 MN	STEPHANIE
12h15	BARRE AU SOL 45 MN	CLAUDE	12h15	TOTAL SCULPT 45 MN	BADIR	12h15	PILATES 60 MN	ABDEL				12h15	TOTAL SCULPT 45 MN	ABDEL	12h15	GYM 45 MN	CLAUDE	12Hh3 0	CARDIO GYM 45 MN	STEPHANIE
			13h	ABDOS TAILLE 30 MN	BADIR	13h	AB FESSIERS 30 MN	ABDEL	13h	CAF 45MN	ABDEL				13h	AB FESSIERS 30 MN	CLAUDE			
							GYM 45 MN													
18h	TOTAL SCULPT 45 MN	BADIR										18h	AFROFIT 45 MN	ABDEL						
									18h15	TOTAL SCULPT 45 MN	ABDEL									
			18h30	ABDOS STRETCHING 45 MN	ABDEL															
18h45	STEP 45 MN	BADIR										18h45	BODY BARRE 60 MN	ABDEL						
			19h15	AFROFIT 60 MN	ABDEL				19h	CARDIO DANCE 60 MN	ABDEL									
19h30	PILATES 60 MN	BADIR																		
			20h15	BODY BARRE 60 MN	ABDEL				20h	BODY BARRE 60 MN	ABDEL									
			21h15	AB FESSIERS 30 MN	ABDEL				21h	AB FESSIERS 30 MN	ABDEL									

# Planning du 20 août au 26 août

lundi 20 août 2018			mardi 21 août 2018			mercredi 22 août 2018			jeudi 23 août 2018			vendredi 24 août 2018			samedi 25 août 2018			dimanche 26 août 2018		
9h15	TOTAL SCULPT 45 MN	JEAN-MARC	9h15	GYM 45 MN	CLAUDE	9h15	TOTAL SCULPT 45 MN	CLAUDE	9h15	GYM 45 MN	ABDEL	9h15	TOTAL SCULPT 45 MN	ABDEL						
															9h45	ABDOS TAILLE 30 MN	MARIE ANNICK			
10h	CAF 45MN	JEAN-MARC	10h	STRETCHING 30 MN	CLAUDE	10h	STRETCHING 30 MN	CLAUDE	10h	GYM DOUCE 45 MN	ABDEL	10h	STRETCHING 45 MN	ABDEL	10h15	TOTAL SCULPT 45 MN	MARIE ANNICK	10h15	GYM 45 MN	STEPHANIE
																		11h	BODY PUMP 60 MN	STEPHANIE
																		12H	STRETCHING 30 MN	STEPHANIE
12h15	BARRE AU SOL 45 MN	JEAN-MARC	12h15	TOTAL SCULPT 45 MN	JEAN-MARC	12h15	PILATES 60 MN	MARIE ANNICK		ABDOS STRETCHING 45 MN		12h15	TOTAL SCULPT 45 MN	ABDEL	12h15	GYM 45 MN	MARIE ANNICK	12Hh3 0	CARDIO GYM 45 MN	STEPHANIE
			13h	ABDOS TAILLE 30 MN	JEAN-MARC				13h	CAF 45MN	ABDEL				13h	AB FESSIERS 30 MN	MARIE ANNICK			
						13h15	GYM 45 MN	MARIE ANNICK												
			17h30	PILATES 60 MN	MARIE ANNICK	17h30	ABDOS TAILLE 30 MN	JEAN-MARC												
18h	TOTAL SCULPT 45 MN	MARIE ANNICK				18h	GYM CARDIO 45 MN	JEAN-MARC				18h	AFROFIT 45 MN	ABDEL						
									18h15	TOTAL SCULPT 45 MN	SEBASTIEN									
			18h30	TOTAL BODY CONDITION 45 MN	MARIE ANNICK															
18h45	STEP 45 MN	MARIE ANNICK				18h45	HI IMPACT 45 MN	SEBASTIEN				18h45	BODY BARRE 60 MN	ABDEL						
			19h15	AFROFIT 60 MN	ABDEL				19h	CARDIO DANCE 60 MN	SEBASTIEN									
19h30	PILATES 60 MN	MARIE ANNICK				19h30	ABDOS TAILLE 30 MN	SEBASTIEN												
			20h15	BODY BARRE 60 MN	ABDEL				20h	BODY PUMP 60 MN	SEBASTIEN									
			21h15	AB FESSIERS 30 MN	ABDEL				21h	AB FESSIERS 30 MN	SEBASTIEN									

# Planning du 27 août au 2 septembre

lundi 27 août 2018			mardi 28 août 2018			mercredi 29 août 2018			jeudi 30 août 2018			vendredi 31 août 2018			samedi 1 septembre 2018			dimanche 2 septembre 2018		
9h15	TOTAL SCULPT 45 MN	JEAN MARC	9h15	GYM 45 MN	ODILE	9h15	TOTAL SCULPT 45 MN		9h15	GYM 45 MN	ABDEL	9h15	TOTAL SCULPT 45 MN	ODILE						
															9h45	ABDOS TAILLE 30 MN	ODILE			
10h	CAF 45MN	JEAN MARC	10h	STRETCHING 30 MN	ODILE	10h	STRETCHING 30 MN		10h	GYM DOUCE 45 MN	ABDEL	10h	STRETCHING 45 MN	ODILE	10h15	TOTAL SCULPT 45 MN	ODILE	10h15	GYM 45 MN	STEPHANIE
																		11h	BODY PUMP 60 MN	STEPHANIE
																		12h	STRETCHING 30 MN	STEPHANIE
12h15	BARRE AU SOL 45 MN	ODILE	12h15	TOTAL SCULPT 45 MN	JEAN MARC	12h15	PILATES 60 MN	MARIE ANNICK		ABDOS STRETCHING 45 MN		12h15	TOTAL SCULPT 45 MN	ODILE	12h15	GYM 45 MN	ODILE	12h30	CARDIO GYM 45 MN	STEPHANIE
			13h	ABDOS TAILLE 30 MN	JEAN MARC				13h	CAF 45MN	ABDEL				13h	AB FESSIERS 30 MN	ODILE			
						13h15	GYM 45 MN	MARIE ANNICK												
			17h30	PILATES 60 MN	MARIE ANNICK	17h30	ABDOS TAILLE 30 MN	JEAN-MARC												
18h	TOTAL SCULPT 45 MN	ODILE				18h	GYM CARDIO 45 MN	JEAN-MARC				18h	AFROFIT 45 MN	ABDEL						
									18h15	TOTAL SCULPT 45 MN	SEBASTIEN									
			18h30	TOTAL BODY CONDITION 45 MN	MARIE ANNICK															
18h45	STEP 45 MN	MARIE ANNICK				18h45	HI IMPACT 45 MN	SEBASTIEN				18h45	BODY BARRE 60 MN	ABDEL						
			19h15	STEP 45 MN	SEBASTIEN				19h	CARDIO DANCE 60 MN	SEBASTIEN									
19h30	PILATES 60 MN	MARIE ANNICK				19h30	ABDOS TAILLE 30 MN	SEBASTIEN												
			20h15	BODY PUMP 60 MN	SEBASTIEN				20h	BODY PUMP 60 MN	SEBASTIEN									
			21h15	AB FESSIERS 30 MN	SEBASTIEN				21h	AB FESSIERS 30 MN	SEBASTIEN									