

# HORAIRES DE PERMANENCES



# ET COURS COLLECTIFS

	<i>lundi</i>	<i>mardi</i>	<i>mercredi</i>	<i>jeudi</i>	<i>vendredi</i>	<i>samedi</i>
8H00						
9H00						CUISSES / ABDOS / FESSIERS
10H00						
11H00						
12H00						
13H00						
14H00						
15H00						
16H00						
17H00						
18H00						
19H00						
20H00						
	BODY ATTACK		FUNCTIONNAL TRAINING	TOTAL BODY CARDIO	PILATES	

## Permanences :

**Lundi :** De 12h00 à 14h00 et de 17h30 à 19h30

**Mardi :** De 8h00 à 10h00 et de 16h00 à 18h00

**Mercredi :** De 12h00 à 14h00 et de 17h00 à 19h30

**Jeudi :** De 17h00 à 19h30

**Vendredi :** De 11h00 à 12h30 / De 13h30 à 14h00 / De 17h00 à 19h00

**Samedi :** De 10h00 à 12h00

## Cours collectifs :

**Lundi :** BODY ATTACK De 19h30 à 20h30

**Mercredi :** FUNCTIONNAL TRAINING De 19h30 à 20h30

**Jeudi :** TOTAL BODY CARDIO De 19h30 à 20h30

**Vendredi :** STRETCHING / GYM DOUCE De 12h30 à 13h30

**Vendredi :** PILATES De 19h00 à 20h00

**Samedi :** CUISSES / ABDOS / FESSIERS De 9h00 à 10h00