

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
08:00 – 21:00			Yoga 8:05 – 9:05		
	Boxe 12:30 – 13:30	Cuisses-Abdos- Fessiers 12:30 – 13:30		Pilates 13:00 – 14:00	Full Body 12:30 – 13:30

Intensité supérieure

Intensité modérée