

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
9H30 yakha renfo	9H30 Body Barre	Salle ouverte 24H/24 7J/7		9H30 R.P.M.	9H30 Gym posturale
10H15 Stretching	10H15 Pilates			10H15 Dos/abdos	10H15 Stretching
12H30 Body Barre	12H30 R.P.M.	12H30 Dos/abdos	12H30 Yakh'Attack	12H30 Circuit training	Accueil+Coaching Lundi au vendredi 9H00-13H30 16H00-20H00 Samedi 9H00-12H00
18H15 Step cardio	18H00 Body barre	18H15 R.P.M.	18H15 Dos/abdos	18H15 Gym posturale	
18H45 yakha renfo	18H45 Dos/abdos	18H45 Circuit Training	18H45 Body barre	18H45 Zumba	Planning de cours collectifs non contractuel. Peut-être modifié à tout moment de l'année en fonction de la fréquentation. Après 5 min de retard, l'accès au cours peut être refusé par mesure de sécurité.
19H15 R.P.M.	19H15 Yakh'Attack	19H45 Stretching	19H30 Step choré	19H15 Stretching	