




PLANNING NATION

Lundi - Vendredi 07H30 - 22h00

Samedi 08H00 - 20H00

Dimanche 09H00 - 17H00

LUNDI 14/09	Début	Fin	Activité	Durée	Studio
	07H45	08H30	RPM	45	CYCLING
	09H30	10H15	CAF	45	S1
	09H30	10H15	AQUA FIT	45	PISCINE
	10H30	11H15	STRETCHING	45	S1
	12H15	13H00	AQUA PUNCHING	45	PISCINE
	12H15	12H45	GRIT CARDIO	30	S1
	13H15	14H00	AQUA FIT	45	PISCINE
	17H30	18H15	BE STRONG	45	S1
	18H00	18H45	AQUA PUNCHING	45	PISCINE
	18H00	19H30	MODERN JAZZ	90	S2
	18H15	19H00	RPM	45	CYCLING
	18H30	19H15	BODY PUMP	45	S1
	19H00	19H45	AQUA FIT	45	PISCINE
	19h30	20h15	RPM	45	CYCLING
	19h30	20h15	BODY COMBAT	45	S1
	19H45	20H30	BODY BALANCE	45	S2
	20H00	20H45	AQUA SLIM	45	PISCINE
	20H30	21H00	GRIT FORCE	30	S1
20H45	21H30	PILATES	45	S2	
MARDI 15/09	Début	Fin	Activité	Durée	Studio
	09H00	09H45	BE FIT	45	S1
	09H30	10H15	AQUA PUNCHING	45	PISCINE
	10H00	10H45	STRETCHING	45	S1
	11H00	11H45	PILATES	45	S1
	12H15	13H00	RPM	45	CYCLING
	12H15	13H00	AQUA SLIM	45	PISCINE
	12H30	13H15	BODY PUMP	45	S1
	13H15	14H00	AQUA FIT	45	PISCINE
	18H00	18H45	CAF	45	S2
	18H00	18H45	AQUA SLIM	45	PISCINE
	18H30	19H15	RPM	45	CYCLING
	18H30	19H15	BODY COMBAT	45	S1
	19H00	19H45	AQUA PUNCHING	45	PISCINE
	19H30	20H15	RPM	45	CYCLING
	19H30	20H15	YOGA	45	S2
	19H30	20H15	BODY ATTACK	45	S1
	20H00	20H45	AQUA FIT	45	PISCINE
	20H30	21H15	BODY PUMP	45	S1
MERCREDI 16/09	Début	Fin	Activité	Durée	Studio
	09H00	09H45	BE FIT	45	S1
	09H30	10H15	AQUA SLIM	45	PISCINE
	10H00	10H45	STRETCHING	45	S1
	11H00	11H45	POSTURE ET SANTE	45	S1
	12H15	13H00	AQUA FIT	45	PISCINE
	12H30	13H15	BE STRONG	45	S1
	13H15	14H00	AQUA PUNCHING	45	PISCINE
	14H30	15H15	BE FIT	45	S1
	15H30	16H00	STRETCHING	30	S1
	17H00	17H45	BODY PUMP	45	S1
	17H30	18H15	YOGA HATHA	45	S2
	18H00	18H45	AQUA PUNCHING	45	PISCINE
	18H00	18H45	ZUMBA	45	S1
	18H00	18H45	RPM	45	CYCLING
	19H00	19H45	BE STRONG	45	S2
	19H00	19H45	BODY BALANCE	45	S1
	19H00	19H45	AQUA SLIM	45	PISCINE
	19H15	20H00	RPM	45	CYCLING
	20H00	21H30	BOXE	90	S2
	20H00	20H45	BODY JAM	45	S1
	20H00	20H45	AQUA PALMING	45	PISCINE
JEUDI 17/09	Début	Fin	Activité	Durée	Studio
	09H30	10H15	AQUA FIT	45	PISCINE
	10H00	10H45	BE FIT	45	S1
	11H00	11H45	PILATES	45	S1
	12H15	13H00	AQUA SLIM	45	PISCINE
	12H30	13H00	GRIT CARDIO	30	S1



13H15	14H00	AQUA FIT	45	PISCINE
18H00	18H45	AQUA SLIM	45	PISCINE
18H15	19H00	BODY PUMP	45	S1
18H30	19H15	PILATES	45	S2
19H00	19H45	AQUA FIT	45	PISCINE
19H15	19H45	GRIT FORCE	30	S1
19H15	20H00	RPM	45	CYCLING
19H30	20H15	YOGA	45	S2
20H00	20H45	BODY ATTACK	45	S1
20H00	20H45	AQUA PUNCHING	45	PISCINE

VENDREDI 18/09



<i>Début</i>	<i>Fin</i>	<i>Activité</i>	<i>Durée</i>	<i>Studio</i>
09H30	10H15	AQUA PUNCHING	45	PISCINE
10H30	11H15	BE STRONG	45	S1
11H30	12H30	YOGA HATHA	60	S1
12H15	13H00	AQUA FIT	45	PISCINE
12H45	13H30	ZUMBA	45	S1
13H15	14H00	AQUA PALMING	45	PISCINE
14H30	15H15	BE FIT	45	S1
15H30	16H00	STRETCHING	30	S1
17H00	17H45	YOGA HATHA	45	S1
18H00	18H45	AQUA FIT	45	PISCINE
18H00	18H45	BARRE AU SOL	45	S2
18H15	19H00	BODY PUMP	45	S1
18H15	19H00	RPM	45	CYCLING
19H00	19H45	AQUA PUNCHING	45	PISCINE
19H00	20H00	DANSE CLASSIQUE	60	S2
19H15	20H00	BODY COMBAT	45	S1
19H15	19H30	ABDOS EXPRESS	15	S3
20H00	20H45	AQUA PALMING	45	PISCINE
20H15	21H30	BOXE	75	S2

SAMEDI 19/09



<i>Début</i>	<i>Fin</i>	<i>Activité</i>	<i>Durée</i>	<i>Studio</i>
9H00	09H45	YOGA	45	S2
9H00	09H45	BE STRONG	45	S1
10H00	10H45	BODY PUMP	45	S1
10H00	10H45	YOGA	45	S2
10H00	10H45	RPM	45	CYCLING
10H30	11H15	AQUA PUNCHING	45	PISCINE
11H00	11H45	BE STRONG	45	S1
11H00	11H45	BODY COMBAT	45	S1
11H30	12H15	AQUA PALMING	45	PISCINE
12H00	12H45	ZUMBA	45	S1
12H00	12H30	GRIT	30	S1
12H15	13H00	RPM	45	CYCLING
12H30	13H15	AQUA SLIM	45	PISCINE
16H00	16H45	BOOT CAMP	45	S1
16H30	17H15	AQUA FIT	45	PISCINE
17H00	17H45	CAF	45	S1
17H30	18H15	AQUA PALMING	45	PISCINE
18H00	18H30	STRETCHING	30	S1

DIMANCHE 20/09



<i>Début</i>	<i>Fin</i>	<i>Activité</i>	<i>Durée</i>	<i>Studio</i>
09H30	10H15	BE STRONG	45	S1
10H00	10H45	YOGA	45	S2
10H30	11H15	AQUA PALMING	45	PISCINE
10H30	11H15	STRETCHING	45	S1
11H00	11H45	PILATES	45	S2
11H00	11H45	RPM	45	CYCLING
11H30	12H15	AQUA SLIM	45	PISCINE
11H30	12H15	BODY PUMP	45	S1
12H30	13H15	BODY ATTACK	45	S1
12H30	13H15	AQUA PUNCHING	45	PISCINE
14H00	14H45	ZUMBA	45	S1
14H00	14H45	AQUA PALMING	45	PISCINE
15H00	15H45	BE STRONG	45	S1
16H00	16H30	STRETCHING	30	S1