



détails des cours	ZUMBA	METHODE 1) PILATES 2) RENFO - ABDOS		1) RENFO MUSCULAIRE 2) STEP ou 3) AEROBOXE		Stage et Sorties	
SEMAINE 49	Lundi 2	Mardi 3	Mercredi 4	Jeudi 5	Vendredi 6	Samedi 7	Dimanche 8
CHANTAL		SENIORS 9H30/10H30			SENIORS 9H30/10H30		
SANDY		1) 19h30/20h30		Pilates séniors 10h30/11h30			
MARCO				1) 19h/20h			
MARCO		2) 20h45/21h45		3) 20h/21h			
NAIOMI	20h30/21h30						

SEMAINE 50	Lundi 9	Mardi 10	Mercredi 11	Jeudi 12	Vendredi 13	Samedi 14	Dimanche 15
CHANTAL		SENIORS 9H30/10H30			SENIORS 9H30/10H30		
SANDY		1) 19h30/20h30		Pilates séniors ALEXANDRA 10h30/11h30			
MARCO				1) 19h/20h			
MARCO		2) 20h45/21h45		3) 20h/21h			
NAIOMI	20h30/21h30						

SEMAINE 51	Lundi 16	Mardi 17	Mercredi 18	Jeudi 19	Vendredi 20	Samedi 21	Dimanche 22
CHANTAL		SENIORS 9H30/10H30			SENIORS 9H30/10H30		
SANDY		1) 19h30/20h30		Pilates séniors 10h30/11h30			
MARCO				1) 19h/20h			
MARCO		2) 20h45/21h45		3) 20h/21h			
NAIOMI	20h30/21h30						

SEMAINE 52	Lundi 23	Mardi 24	Mercredi 25	Jeudi 26	Vendredi 27	Samedi 28	Dimanche 29
CHANTAL	 						
SANDY							
MARCO							
NAIOMI							