



Mois d'Octobre



Fiona

Stephane

| Lundi | | Mardi | | Mercredi | | Jeudi | |
|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------|------------|-------------------|-------|-------------------|
| 2 | 19 h 00 à 20 h 00 | 3 | 19 h 00 à 20 h 00 | 4 | 18 h 00 à 20 h 00 | 5 | 19 h 00 à 20 h 00 |
| Step | Renforcement musculaire | LIA | Stretching | Pilates | | | |
| 9 | 19 h 00 à 20 h 00 | 10 | 19 h 00 à 20 h 00 | 11 | 19 h 00 à 20 h 00 | 12 | 19 h 00 à 20 h 00 |
| Energy Cardio | Step | Renforcement musculaire | Pilates | | | | |
| 16 | 19 h 00 à 20 h 00 | 17 | 19 h 00 à 20 h 00 | 18 | 18 h 00 à 20 h 00 | 19 | 19 h 00 à 20 h 00 |
| Renforcement musculaire | Pas de cours | Don du sang | Step | Stretching | Pilates | | |
| 23 | 19 h 00 à 20 h 00 | 24 | 19 h 00 à 20 h 00 | 25 | 19 h 00 à 20 h 00 | 26 | 19 h 00 à 20 h 00 |
| Step | Renforcement musculaire | LIA | Pilates | | | | |
| 30 | 19 h 00 à 20 h 00 | 31 | 19 h 00 à 20 h 00 | | | | |
| Renforcement musculaire | Zumba | | | | | | |

