

Semaine du 7 au 13 Septembre

Lundi 7	Mardi 8	Mercredi 9	Jeudi 10
		18 h 30 à 20 h 00	
		FIONA	18 h 45 à 19 h 45
19 h 00 à 20 h 00	19 h 00 à 20 h 00	Abdos Flash	SIHEME
FIONA	FIONA		Renforcement
Renforcement musculaire	Aerodance	Step tous niveaux	musculaire

Mois de Septembre 2015

Semaine du 14 au 20 Septembre

Lundi 14	Mardi 15	Mercredi 16	Jeudi 17
			18 h 45 à 19 h 45
			SIHEME
19 h 00 à 20 h 00	19 h 00 à 20 h 00	19 h 00 à 20 h 00	
FIONA	FIONA	Step tous niveaux	Pilates
Renforcement musculaire	Aerodance		

*C'est la rentrée !*

Semaine du 21 au 27 Septembre

Lundi 21	Mardi 22	Mercredi 23	Jeudi 24
		18 h 30 à 20 h 00	
		FIONA	18 h 45 à 19 h 45
19 h 00 à 20 h 00	19 h 00 à 20 h 00	Abdos Flash	SIHEME
FIONA	FIONA	Step	Renforcement musculaire
Renforcement musculaire	Aerodance	Step tous niveaux	



Semaine du 28 Septembre au 4 Octobre

Lundi 28	Mardi 29	Mercredi 30	Jeudi 1
			18 h 45 à 19 h 45
			SIHEME
19 h 00 à 20 h 00	19 h 00 à 20 h 00	19 h 00 à 20 h 00	
FIONA	FIONA	FIONA	
Renforcement musculaire	Aerodance	Step tous niveaux	Pilates

