



# Planning des activités fitness

*Période SCOLAIRE 2020/2021 PÉRIODE COVID*

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
		9h15 à 10h			9h15 à 10h	
		PILATES			PILATES	
10h à 10h45		10h05 à 10h50		10h à 10h45	10h05 à 10h50	10h à 10h45
BODY SCULPT		ABDOS FESSIERS		CIRCUIT TRAINING	CIRCUIT TRAINING	PILATES
10h50 à 11h35		10h55 à 11h40	10h à 11h30	10h50 à 11h35	<b>10h45 à 11h45</b>	10h50 à 11h35
BIEN-ÊTRE		GYM DOUCE	PERMANENCE COACHING	PILATES	<b>ADOS FIT</b>	BODY SCULPT
				11h40 à 12h10		11h40 à 12h25
				ABDOS FLASH 30'		BIEN-ÊTRE
14h15 à 15h		16h30 à 17h30				
GYM DOUCE		<b>KIDS GYM</b>				
17h15 à 18h	17h15 à 18h40					
ABDOS FESSIERS	PERMANENCE COACHING					
18h05 à 18h50		18h à 18h45	18h à 18h45	18h à 18h45		
CARDIO JUMP		ABDOS FESSIERS	PILATES	CIRCUIT TRAINING		
18h55 à 19h40	18h45 à 19h30	18h50 à 19h35	18h50 à 19h35	18h50 à 19h35		
PILATES	CARDIO FUN	CARDIO JUMP	BODY SCULPT	ABDOS FESSIERS		
19h45 à 20h30	19h35 à 20h20	19h40 à 20h25	19h40 à 20h25	19h40 à 20h25		
CARDIO FUN	BODY SCULPT	BIEN-ÊTRE	CIRCUIT TRAINING	PILATES		

**Réservation obligatoire**  
[www.reservation-aquatis.com](http://www.reservation-aquatis.com)  
 Renseignement à l'accueil ou au  
 03.21.160.560