

PLANNING AQUA-FORM

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
					9H00 - 9H45 <i>Vit - Aqua</i>
					10H00 - 10H45 <i>Aqua-Bike</i>
11H15 - 12H00 Aqua-Renfo				11H00 - 11H45 Aqua-Renfo	11H00 - 11H45 Aqua-Mix
12H15 - 13H00 <i>Aqua-Bike</i>	12H15 - 13H00 <i>Aqua-Bike</i>			12H00 - 12H45 Aqua-Circuit	
	13H00 - 13H45 Aqua-Mix			12H45 - 13H30 Aqua-Mix	
	18H00 - 18H45 Aqua-Mix		18H00 - 18H45 <i>Aqua-Bike</i>		
19H15 - 20H00 <i>Aqua-Bike</i>	19H00 - 19H45 <i>Aqua-Bike</i>		19H00 - 19H45 Aqua-Mix		
20H00 - 20H45 <i>Vit - Aqua</i>	20H00 - 20H45 Aqua-Mix		20H00 - 20H45 <i>Aqua-Bike</i>		

PLANNING GYM-FORM

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
10H30 - 11H15 Pilates				10H00 - 10H45 Swiss Ball	10H00 - 10H45 Pilates
11H30 - 12H15 Pilates	11H15 - 12H00 Pilates			11H00 - 11H45 Pilates	11H00 - 11H45 Renfo
				12H00 - 12H45 Pilates Mat	12H00 - 12H45 <i>Pilates Stretch</i>
17H00 - 17H45 <i>Ecole du dos</i>	17H00 - 17H45 <i>Ecole du dos</i>				
18H00 - 18H45 Pilates					
19H00 - 19H45 Renfo					
19H45 - 20H30 <i>Pilates Stretch</i>					