Accès libre gratuit | Cours programmation loisirs | Non-disponible

	Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
8 - 9 h						essentrics	
9 - 10 h			cardio muscu	essentrics	cardio muscu	essentrics	
10 - 11 h			étirements	essentrics	étirements		
11 - 12 h		Qigong		essentrics			
12 - 13 h							
13 - 14 h		pilates		cardio danse	yoga sur chaise		
14 - 15 h					yoga sur chaise		
15 - 16 h							
16 - 17 h							
17 - 18 h					yoga		
18 - 19 h			cardio kick-boxing		pilates		
19 - 20 h		hitt	yoga	zumba	muscu bodyshape		
20 - 21 h							
21 - 22 h							