























	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Horaires	8h30-21h15					9h-13h30	
Matin	 8.45*	<b>JAF</b> 9.45	 10.00	<b>BODY SCULPT</b> 10.00	 9.45	<b>CIRCUIT TRAINING</b> 10.00*  encadré par Audrey dans le cadre de sa formation Uniquement jusqu'au 26.12.2009 inclus	 9.30*
	 10.00	<b>STRETCHING</b> 10.30 (30 mn)			 10.30		 10.30*
Midi 12.30			<b>JAF</b>			<p align="center"><b>INFOS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 2 adhérents minimum pour que le cours ait lieu.</li> <li>• Saunas accessibles au plus de 18 ans.</li> </ul> <p><b>Durée des cours</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sans * : 45 mn</li> <li>• Avec * : 1 heure</li> </ul> <p><b>Durant les vacances scolaires</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pas de cours d'AQUAGYM les midis</li> <li>• Pas de cours FITNESS les après-midi</li> </ul> <p><b>Jours fériés :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pas de cours collectifs</li> <li>• Du lundi au vendredi : 8.30-13.30 et 17.00-20.00</li> <li>• Samedi et dimanche : 9.00-13.30</li> </ul> <p><b>Saison estivale :</b> Horaires et planning des cours modifiés (voir INFOS ANNUELLES)</p> <p><i>N'oubliez pas votre serviette et votre bouteille d'eau...</i></p>	
Après-midi 14.00				<b>PILATES</b>			
Soirée	 18.15*	 18.00	<b>JAF</b> 18.00	 18.00	 18.15*		
	 19.30	 18.45	 19.00*	<b>BODY SCULPT</b> 18.45	 19.30		
	<b>STRETCHING</b> 20.30	<b>JAF</b> 19.45	<b>STEP</b> 20.00	 19.45			

## Planning du 7 septembre 2009 au 4 juillet 2010 inclus

(Hors jours fériés et vacances scolaires – voir INFOS ANNUELLES)