

AQUA	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
06:30 - 08:00	Fermé		Fermé	Fermé		Fermé	Fermé
08:00 - 09:00	Fermé		Fermé	Fermé			
09:00 - 10:00	Fermé						
10:00 - 11:00	Fermé					* Aqua Bike	
11:00 - 12:00	Fermé						
12:00 - 13:00	Fermé						
13:00 - 14:00	Fermé						
14:00 - 15:00							
15:00 - 16:00							
16:00 - 17:00							
17:00 - 18:00							
18:00 - 19:00							
19:00 - 20:00	* Aqua Jogging	* Aqua Fitness	* Aqua Fitness	* Aqua Fitness	* Aqua Fitness		
20:00 - 21:00	* Aqua Bike	* Aqua Bike	* Aqua Bike	* Aqua Bike			
	*bassin sportif partiellement occupé par cours						
GYM	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
07:00 - 08:00							
08:00 - 09:00							
09:00 - 10:00		Functional Training <i>Mariana</i>		Fatburner/ Perfect Sculpt <i>Jasmin</i>			
10:00 - 11:00		Force & Souplesse <i>Mariana</i> 10:30-11:30	Pilates / Fasientraining <i>Romy</i>	Core training <i>Jasmin</i> 10:30-11:30	Fatburner/ Perfect Sculpt <i>Mariana</i>		
11:00 - 12:00							
12:00 - 13:00	Pilates / Fasientraining 12:15-13:15 <i>Romy</i>	Rückenschule 12:30-13:30 <i>Marinela</i>	Midi Spining 12:15-13:15 <i>Mariana</i>	Pilates / Fasientraining 12:15-13:15 <i>Romy</i>	Force & Souplesse 12:15-13:15 <i>Mariana</i>		
13:00 - 14:00							
14:00 - 15:00							
15:00 - 16:00							
16:00 - 17:00							
17:00 - 18:00					Pilates 17:30-18:30 <i>Marie-Jeanne</i>		
18:00 - 19:00	Fesses,abdos, cuisses <i>Marie-Jeanne</i> 17:30-18:30	Pilates / Fasientraining 17:45-18:45 <i>Anna</i>	TRX 1 débutants	Zumba 17:30-18:30			
19:00 - 20:00	Yoga 19:00-20:45	Spining Anfänger 19:15-20:15 <i>Anna</i>	TRX 2 avancé 19:30-20:30	Spining 19:00-20:00			
20:00 - 21:00							