

PLANNING VACANCES AVRIL 2026

LUNDI 13/04/2026	MARDI 14/04/2026	MERCREDI 15/04/2026	JEUDI 16/04/2026	VENDREDI 17/04/2026	SAMEDI 18/04/2026
ABDE	LAURENCE	AURELIE	EULALIE	IMANE	LAURENCE
10h00-11h00 : Gym fitness	9h30-10h15 : Stretching 10h15-11h00 : Body gym	10h00-11h00 : Gym tonic 11h00-11h20 : Stretching	9h30-10h15 : Body gym 10h15-11h00 : Stretching	9h30-10h20 : Pilates 10h20-11h10 : Stretching postural	PAS DE COURS
LAURENCE	EULALIE	LAURENCE	IMANE	FRANCK	
18h00-18h45 : Abdos/fessiers 18h45-19h30 : Body-barre 19h30-20h30 : Pilates	18h30-19h15 : Circuit training 19h15-20h00 : Body gym	18h00-19h00 : Body gym 19h00-19h45 : Step ou Hilo (voir sur calendrier en salle) 19h45-20h00 Stretching	18h00-18h50 : Step 18h50-19h05 : Spécial pectoraux 19h10-20h : Pilates	18h30-19h45 : Yoga	
LUNDI 20/04/2026	MARDI 21/04/2026	MERCREDI 22/04/2026	JEUDI 23/04/2026	VENDREDI 24/04/2026	SAMEDI 25/04/2026
ABDE	EULALIE	NICOLAS	EULALIE	IMANE	LAURENCE
10h00-11h00 : Gym fitness	9h30-10h15 : Stretching 10h15-11h00 : Body gym	10h30-11h30 : Body gym 11h30-11h50 : Stretching	9h30-10h15 : Body gym 10h15-11h00 : Stretching	9h30-10h20 : Pilates 10h20-11h10 : Stretching postural	PAS DE COURS
GEOFFREY	EULALIE	NICOLAS	IMANE	FRANCK	
18h00-18h45 : Abdos/fessiers 18h45-19h30 : Body-barre	18h30-19h15 : Circuit training 19h15-20h00 : Body gym	18h00-19h00: Body gym 19h00-19h45 : Step 19h45-20h00 : Stretching	18h00-18h50 : Step tonic 18h50-19h05 : Spécial pectoraux 19h10-20h : Pilates	18h30-19h45 : Yoga	