

# Zone cours collectifs

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

10h30 45'

**Zumba  
renfo**

10h 30 45'

**Body  
stretch**

12h15 45'

**C.A.F**

12h15 45'

**HIIT**

12h15 45'

**Body  
stretch**

12h15 45'

**Zumba**

18h15 30'

**Jumping**

18h15 30'

**HIIT**

18h15 45'

**Gym douce**

18h15 30'

**C.A.F**

18h15 30'

**Step** débutant

18h45 45'

**Strong**

18h45 45'

**STEP**<sub>inter/av</sub>

19h 45'

**Danse  
Africaine**

18h45 45'

**Jumping**

18h45 45'

**Body Barre**

19h30 45'

**Body barre**

19h30 45'

**Zumba**

19h30 30'

**Body  
stretch**

19h30 45'

**Bike**

18h45 45'

**Bike**

*Linesport*

Club de  
remise en forme

Cours sur réservation obligatoire  
à partir de 3 personnes