

HORAIRE AÉROBIE AUTOMNE 2010

| Heures | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI |
|--------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------|-------------------------|
| 10h00 | | | | | |
| 11h00 | | | | | |
| 12:15 | Cardio Kick Boxe | | Cardio Kick Boxe | | Cardio Kick Boxe |
| 17h00 | | Cardio-Boxe | | Stretching | |
| 18h15 | Militaire | Musculation sur Musique | Tonus | Cardio-Boxe | |
| 19h30 | Spinning | | Spinning | Spinning | |
| 20h30 | | | | | |