

	MATIN	SOIR
Lundi		<p>Stéphanie Gymnase des Alouettes 18h45/19h45 : Abdos Fessiers</p> <p>Mary Gymnase de l'Ardente 19h30/20h30 : Abdos Fessiers</p>
Mardi	<p>Chantal Gymnase des Alouettes 09h00/10h00 : Gym entretien 10h00/11h00 : Gym douce</p>	<p>Mary Gymnase de l'Ardente 19h30/20h30 : Abdos Fessiers</p> <p>Stéphanie Les Plants de Catelaine 19h45/20h45 : Abdos Fessiers</p>
Mercredi	<p>Monica Ferme à Riant 09h00/10h00 : Gym entretien 10h00/11h00 : Gym entretien</p>	<p>Cécile Gymnase de l'Ardente 20h00/21h00 : Renf. Musculaire 21h00/22h00 : Pilates (Niveau 1)</p>
Jeudi		<p>Cécile Gymnase des Alouettes 19h00/20h00 : Pilates (Niveau 1) 20h00/21h00 : Renf. Musculaire 21h00/22h00 : Stretching (Tout niveau)</p> <p>Mary Gymnase de l'Ardente 19h45/20h45 : Step/Abdos</p> <p>Monica Ferme à Riant 18h30/19h30 : Gym tonique/Abdos Fessiers 19h30/20h30 : Gym tonique/Abdos Fessiers 20h30/21h30 : Gym tonique/Abdos Fessiers</p> <p>Stéphanie Les Plants de Catelaine 19h45/20h45 : Abdos Fessiers</p>
Vendredi	<p>Mary Gymnase de l'Ardente 08h45/09h45 : Gym entretien</p> <p>Chantal Gymnase des Alouettes 09h00/10h00 : Gym entretien</p> <p>Mary Gymnase des Alouettes 10h00/11h00 : Gym entretien</p>	
Samedi	<p>Mary Gymnase de l'Ardente 11h00/12h00 : Abdos Fessiers</p>	