

# Planning Salle de Sport\*

## Lundi

12h20  
13h05



### CIRCUIT TRAINING

Xavier Dupuis  
06 09 13 05 53

18h35  
19h30



### FULL BODY

Jade Ribal  
06 43 70 68 96

## Mardi

10h00  
11h00



### PILATES

Matwork Fondamental

Céline Bedouet  
06 67 04 71 62

11h15  
12h15



### PILATES

Matwork Intermédiaire

Céline Bedouet  
06 67 04 71 62

12h30  
13h30



### YOGA Vinyasa Flow

Maïa Deliry  
06 24 59 24 61

## Mercredi

12h20  
13h10



### CIRCUIT TRAINING

Xavier Dupuis  
06 09 13 05 53

18h15  
19h15



### PILATES

Elsa L'hommedé  
06 68 51 45 52

## Jepudi

Salle de cours collectifs

10h00  
11h00



### PILATES

Matwork Fondamental

Céline Bedouet  
06 67 04 71 62

11h15  
12h15



### PILATES

Matwork Intermédiaire

Céline Bedouet  
06 67 04 71 62

18h15  
19h15



### CIRCUIT TRAINING

Baptiste Darrieussecq  
06 09 17 21 41

Salle de cardio-training

18h35  
19h20



### CIRCUIT TRAINING

Xavier Dupuis  
06 09 13 05 53

\*Cours sur réservation