

COURS EN STUDIO					
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Pilates		Pilates	Zumba ♥	Hatha Yoga	Zumba ♥
9 h à 10 h Pauline		8 h 45 à 9 h 45 Pauline	9 h à 10 h Sylvie	9 h à 10 h 15 Émilie	9 h à 10 h Sonia
Zumba (sans saut) ♥ <i>bienvenue futures mamans</i> 10 h 15 à 11 h 15 Sylvie	Maman-bébé FIT ♥ 10 h 30 à 11 h 30 Francine	Pilates 9 h 45 à 10 h 45 Pauline	Maman-bébé FIT ♥ 10 h 30 à 11 h 30 Francine		Body Design 10 h 10 à 11 h 10 Sonia
Maman-bébé FIT ♥ 13 h 30 à 14 h 30 Francine					
Zumba ♥ 17 h à 18 h Sonia	Hatha Yoga 17 h 45 à 19 h Marie-Eve R.	Pilates 17 h 30 à 18 h 30 Aude	Pilates 17 h 30 à 18 h 30 Pauline		
Zumba ♥ 18 h à 19 h Sonia	Fir Extreme ♥ <i>Intermediaire</i> 19 h 05 à 20 h 05 Julie	Pilates <i>Intermediaire</i> 18 h 30 à 19 h 30 Aude	Zumba ♥ 18 h 35 à 19 h 35 Sylvie	Yoga Kundalini <i>bienvenue futures mamans</i> 19 h à 20 h 30 Daynah	
Pilates <i>bienvenue futures mamans</i> 19 h 10 à 20 h 10 Marie-France	Zumba ♥ 20 h 05 à 21 h 05 Julie	Yogalates 19 h 30 à 20 h 30 Aude	Yoga Apaisant <i>bienvenue futures mamans</i> 19 h 45 à 21 h Hélène		
Pilates <i>Intermediaire</i> 20 h 10 à 21 h 10 Marie-France		Simplement Souple 20 h 30 à 21 h 30 Aude			