

### Sainte-Tulle

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
9h00 - 10h00	Renfort Muscu	Renfort Muscu	8h45	Pilates+ Streching	STEP
10h00 - 11h00			10h15		
12h30-13h30	Circuit Training	Renfort Muscu		Step-abdo-fessiers	Renfort Muscu
13h45-14h45			Chorégraphie 6-8 ans		
15h00-16h00			Chorégraphie 3-5 ans		
17h00 - 18h00		Chorégraphie 9-11 ans			Chorégraphie Ados
18h30 - 19h30	Renfort Muscu			Zumba Adultes	19h00 Zumba
19h30 - 20h30	Cross Training			Renfort Muscu	20h00 20h00 Chorégraphie Adultes
20h30-21h30					21h30

### Corbières

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
14h30 - 15h30		Marche active			
18h15 - 19h15			Zumba Adultes		
19h00 - 20h00	Pilates		19h30 à 20h30 Renfort Muscu		
20h00 - 21h00					

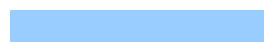
 Lisa

 Véronique

 Sandie

 Aurélien B

 Virginie

 Caro

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
9h00 - 10h00		Sainte-Tulle renf. Musc.		Sainte-Tulle renf. Musc	Sainte-Tulle yoga-pilate
10h00 - 11h00			Sainte-Tulle ENFANTS DU PRIMAIRE 3 à 9 ans		
11h00 - 12h00					
12h30 - 13h30	Manosque Renf Musculaire	Sainte-Tulle renf. musculaire	Sainte-Tulle ENFANTS DU SECONDAIRE 10 à 15 ans	Manosque Renf Musculaire	Volx Renf musculaire
13h30 - 14h30					
18h00 - 19h00					Sainte-Tulle renf. Musculaire
19h00 - 20h00	Sainte-Tulle atelier chorégraphique		Volx Renf musculaire	Volx atelier chorégraphique	Sainte-Tulle stretching
20h00 - 21h00			Volx stretching		Volx stretching
21h00 - 22h00					