

Planning Studios Lunaret 2017/2018

Lundi			Mardi			Mercredi		
Salle 1	Salle 2	Salle 3	Salle 1	Salle 2	Salle 3	Salle 1	Salle 2	Salle 3
9H30/10H15 Abdos Fessiers			9H30/10H15 Pilates Ball			9H30/10H15 Abdos Fessiers		
10H20/11H05 Body Sculpt			10H20/11H05 Abdos Fessiers			10H20/11H20 Yoga Doux		
12H15/13H Abdos Fessiers			12H30/13H30 Body Sculpt			12H30/13H15 Pilates Ball		
13H/13H45 Stretching								
							16H15/17H15 Yoga Doux	16H15/17H15 Street jazz Ados
17H30/18H15 Step déb	17H30/18H15 Elastic Gym	17H45/18H30 Hip hop	17H30/18H15 Cardio Sculpt	17H30/18H15 Body Barre	17H45/18H45 Reggaeton	17H30/18H15 Int.Training	17H15/17H45 Spécial Abdos	17H30/18H30 Hip Hop Ados
18H15/19H Zumba	18H15/19H Abdos Fessiers	18H30/19H15 Ragga Dancehall	18H15/19H Int Training	18H15/19H Stretching	18H45/19H45 Ragga Dancehall	18H15/19H Step Int	17H45/18H30 Lia	18H30/19H15 Zumba
19H/19H45 Combat Training	19H/19H45 Pilates	19H15/20H30 Jazz 2	19H/19H45 Step Int	19H/19H45 Abdos Fessiers	19H45/20H45 Street Jazz	19H/19H45 Abdos Fessiers	18H30/19H15 Hip Hop Tn	19H15/20H30 Jazz 1
19H45/20H15 Stretching	19H45/20H15 Abdos Dos	20H30/21H45 Jazz 3	19H45/20H30 Cross Training	19H45/20H30 Zumba	20H45/21H45 D.Orientale	19H45/20H30 Step déb	19H15/20H Unité Danse	20H30/21H45 Jazz 3
20H15/21H10 Salsa Int	20H15/21H10 Kizomba déb			20H30/21H45 Contemporain				
21H10/22H Salsa Déb	21H10/22H Kizomba Int							

Jeudi

vendredi

Samedi

Salle 1	Salle 2	Salle 3	Salle 1	Salle 2	Salle 3	Salle 1	Salle 2	Salle 3
9H30/10H15 Body Sculpt			9H30/10H15 Abdos fessiers				9H30/10H15 Power Yoga	
10H20/11H05 Stretching			10H20/11H05 Pilates Ball			10H30/11H15 Zumba	10H15/11H45 Classique	10H30/11H30 Modern Jazz5-7
12H15/13H Abdos Fessiers			12H30/13H15 Body barre			11H15/12H Int Training		11H45/13H Modern Jazz1-2
13H/13H45 Stretching								
17H30/18H15 Pilates	17H30/18H15 Abdos Fessiers	17H45/18H30 Zumba	17H45/18H30 Abdos Fessiers	17H30/18H30 Yoga Doux	17H30/18H30 Modern Jazz 8/11 ans			
18H15/19H Step int	18H15/19H Body Barre	18H30/19H15 Zumba	18H30/19H15 Step Av	18H30/19H15 Zumba	18H30/19H30 Modern Jazz Déb			
19H/19H45 Cross Training	19H/19H45 Abdos fessiers	19H15/20H30 Jazz 2	19H15/20H Int Training	19H15/20H Hip Hop tn	19H30/20H45 Modern Jazz1-2			
19H45/20H45 Rock	19H45/20H45 DMA	20H30/21H45 Jazz 1		20H/21H Bollywood				
20H45/21H45 Bachata	20H45/21H45 D.Orientale							

Horaires Club :

Lundi au Vendredi 9H à 21H45
Samedi 9H30 à 19H
Dimanche 10H à 12H30