

# Planning Studios Lunaret 2018 /2019

Lundi			Mardi			Mercredi		
Salle 1	Salle 2	Salle 3	Salle 1	Salle 2	Salle 3	Salle 1	Salle 2	Salle 3
9H30/10H30 B sculpt/Abdos			9H30/10H15 Pilates/Swiss b			9H30/10H15 Abdos Fessiers		
			10H20/11H05 Abdos Fessiers			10H20/11H20 Yoga Doux		
12H15/13H Abdos Fessiers			12H30/13H15 Body Sculpt			12H30/13H15 Pilates		
13H/13H30 Stretching								15H/16H Urban 7-12 ans
								16H15/17H15 Street jazz Ados
17H30/18H15 Step déb	17H30/18H15 Abdos fessiers	17H45/18H30 Hip hop	17H30/18H15 Cardio Sculpt	17H30/18H15 Body Barre	17H45/18H45 Reggaeton	17H30/18H15 Abdos Fessiers	17H30/18H15 Pilates	
18H15/19H Combat T	18H15/19H Pilates/Dos	18H30/19H15 Dancehall	18H15/19H Int Training	18H15/19H Stretching	18H45/19H45 Dancehall	18H15/19H15 Zumba	18H15/19H15 Yoga doux	18H45/20H Jazz 1
19H/19H45 Zumba	19H/19H45 Power yoga	19H15/20H30 Jazz 2	19H/19H45 Step Int	19H/19H45 Abdos Fessiers	19H45/20H45 Street Jazz	19H15/20H Int Training	19H15/20H Urban Dance	20H/21H15 Jazz 3
19H45/20H45 Salsa déb	19H45/20H45 Kizomba déb	20H30/21H45 Jazz 3	19H45/20H30 Cross Training	19H45/20H30 Zumba	20H45/21H45 D.Orientale déb	20H/20H45 Abdos Fessiers	20H15/21H15 Street talon	
20H45/21H45 Bachata déb	20H45/21H45 Kizomba Int			20H30/21H45 Contemporain				

# 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				9H45/10H30 Power Yoga	
10H20/11H00 Stretching			10H20/11H05 Pilates Ball			10H30/11H15 Zumba		10H15/11H15 Eveil corporel 5-7
12H15/13H Abdos Fessiers			12H30/13H15 Body barre			11H15/12H Int Training		11H15/12H30 Modern Jazz1-2
17H30/18H15 Abdos Fessiers	17H30/18H15 Pilates		17H45/18H30 Abdos Fessiers	17H30/18H30 Yoga Doux	17H30/18H30 Modern Jazz 8/11 ans			
18H15/19H Step Int/ av	18H15/19H Body Barre	18H15/19H Zumba	18H30/19H15 Zumba	18H30/19H30 Hip Hop	18H30/19H30 Modern Jazz Déb			
19H/19H45 Cross Training	19H/19H45 Abdos fessiers	19H/20H15 Jazz 2	19H15/20H Int Training		19H30/20H45 Modern Jazz1-2			
19H45/20H45 Bachata Int	19H45/20H45 Bollywood	20H15/21H30 Jazz 1						
20H45/21H45 Salsa Int	20H45/21H45 D.Orientale int							

## Horaires Club :

Lundi au Vendredi 8H30 à 21H45

Samedi 9H30 à 19H

Dimanche 10H à 12H30

04 67 72 43 09

[studioslunaret@gmail.com](mailto:studioslunaret@gmail.com)

Fb : Les studios Lunaret

Le planning est modifiable pendant les vacances scolaires et jours ou week-end fériés