


















Planning vacances Printemps du 15 au 19 Avril 2019

	Lundi		Mardi		Mercredi		Jeudi		Vendredi	
	Salle 1	Salle 2	Salle 1	Salle 2	Salle 1	Salle 2	Salle 1	Salle 2	Salle 1	Salle 2
10H15	Cocoon Sculpt		Zumba® Gold		9h00 Cocoon Pilates		Cocoon Sculpt		Zumba® Gold	
11H00	Cocoon Abdos Stretch		Cocoon Douceur				Cocoon Stretching(30 Min)		Cocoon Douceur	
12H30	 ZUMBA fitness		Cocoon Sculpt		Cocoon Cuisses abdos fessiers		 ZUMBA fitness		TRX	
17h30	17h15 Fit Ball		Cocoon Cuisses Abdos Fessiers				Cocoon Sculpt			Cocoon Pilates
18h30	18h15 Body pump	Cocoon Cuisses Abdos Fessiers	 Step	Cocoon Pilates	Body pump		 ZUMBA fitness		 Step18h15	
19h15	 ZUMBA fitness				19h30 Xtrem Cocoon			19h30 Fit Ball	 ZUMBA fitness	
20h00	Yoga Vinyasa		