

**2 SBE SAISON 2018 - 2019**

	<b>Lundi</b>	<b>Mardi</b>	<b>Mercredi</b>	<b>Jeudi</b>	<b>Vendredi</b>	<b>Samedi</b>
8h45 à 9h45	<b>Céline</b> Gym Entretien	<b>Simon</b> Gym Tonic	<b>Simon</b> Renforcement Musculaire			
9h00 à 10h00				<b>Isabelle</b> Gym Entretien	<b>Richard</b> Gym Tonic	<b>Andréa</b> Gym Entretien
9h30 à 11h00				<b>Sylvie</b> Danse en Ligne		
10h30 à 12h00		<b>Grégory</b> Marche Nordique				
9h30 à 12h00				<b>Robin</b> Marche Nordique		
10h00 à 11h00	<b>Richard</b> Gym Entretien	<b>Sylvie</b> Gym Entretien	<b>Simon</b> Cardio Step ts niveaux		<b>Richard</b> Etirements	<b>Andréa</b> Stretching
	<b>Isabelle</b> Gym Tonic	<b>Simon</b> Stretching Relaxation		<b>Isabelle</b> Gym Tonic		
11h00 à 12h00	<b>Richard</b> Gym Sénior	<b>Sylvie</b> Acti Gym Sénior		<b>Sylvie</b> Acti Gym Sénior	<b>Richard</b> Gym Entretien	
	<b>Isabelle</b> Cardio			<b>Isabelle</b> Pilates Débutant		
11h10 à 12h10		<b>Simon</b> Pilates			Ina Zumba Senior	
12h00 à 13h00						<b>Andréa</b> Gym Tonic
12h15 à 13h15	<b>Isabelle</b> Gym Tonic	<b>Ina</b> Gym Tonic	<b>Andréa</b> Pilates	<b>Isabelle</b> Cuisses Taille Abdo Fessiers		
14h00 à 15h00	<b>Richard</b> Pilates					
17h00 à 18h00			<b>Estelle</b> Yoga Vinyasa			
17h00 à 18h30						<b>Julie</b> QI-GONG
17h30 à 18h30		<b>Isabelle</b> Pilates Niveau +				
17h45 à 18h45				<b>Robin</b> Gym Tonic		
18h30 à 19h30		<b>Isabelle</b> Gym Tonic				
18h45 à 19h45				<b>Estelle</b> Gym Tonic		
19h00 à 20h00			<b>Céline</b> Gym Tonic			
19h30 à 20h30		<b>Isabelle</b> Pilates débutant				
19h45 à 20h45				<b>Estelle</b> Pilates		
20h00 à 21h00	<b>Julie</b> Pilates + Body Zen					
20h45 à 21h45		<b>Julie</b> Gym Entretien		<b>Estelle</b> Yoga Nidra		
21h00 à 22h00	<b>Ina</b> Pilates + Body Zen					