

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
9 h - 10 h Power Circuit VASSO		8 h - 9 h HIIT VASSO		5 h 45 - 6 h 15 Matin Express TYPHAINE	
9 h 15 - 10 h 15 Intervalles / Musculature PIERRE		9 h 15 - 10 h 15 Intervalles / Musculature PIERRE		9 h - 9 h 30 BodyShred VASSO	9 h 45 - 10 h 45 Circuit MARIE-HÉLÈNE
10 h 30 - 11 h BodyShred VASSO			12 h - 13 h Strongman ANNELIES	9 h 15 - 10 h 15 Intervalles / Musculature PIERRE	10 h 30 - 11 h 15 Booty Bootcamp KRISTINE LEE
10 h 30 - 11 h 30 Intervalles / Musculature PIERRE					10 h 30 - 11 h 30 Tennis fit CHRISTOPHER
12 h - 13 h Strongman ANNELIES	12 h - 13 h Golf Fit CHRISTOPHER	17 h 45 - 18 h 45 Golf Fit CHRISTOPHER		17 h 45 - 18 h 15 BodyShred VASSO	
18 h - 19 h Tennis fit MARIE-HÉLÈNE	18 h 30 - 19 h 30 Tennis fit MARIE-HELENE	19 h - 20 h Tennis fit CHRISTOPHER	18 h 30 - 19 h 30 Combo VASSO	18 h 30 - 19 h BodyShred VASSO	
18 h 30 - 19 h BodyShred VASSO	18 h 30 - 19 h 30 Power Circuit VASSO	18 h 30 - 19 h 30 Body-Sculpt KRISTINE LEE	19 h - 20 h Tennis fit MARIE-HÉLÈNE		
	19 h 30 - 20 h 30 Power Circuit VASSO	19 h 30 - 20 h 30 HIIT VASSO			

**Légende :**

SALLE MULTIFONCTIONNELLE (Gym - 1er étage)	AIRE GAZONNÉE (Gym - 2e étage)	RACQUETBALL No 9 (1er étage)
---	-----------------------------------	---------------------------------