

Cours en groupe sur écran géant

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE	
06:00	FESSES DE FER (6:05)	CARDIO MILITAIRE (6:05)	DANSE AÉROBIQUE (6:05)	ÉNERGIE VITALITÉ (6:05)	DANSE AÉROBIQUE (6:05)			06:00
06:30								
07:00	CARDIO LATINO	CARDIO TAE-BOXE	FESSES DE FER	CARDIO MILITAIRE EXPRESS	CARDIO MILITAIRE			07:00
07:30				ABDO SOLUTION				07:30
08:00	CARDIO MILITAIRE	ÉNERGIE VITALITÉ	ÉNERGIE YOGA	FESSES DE FER	BODY DESIGN	CARDIO MILITAIRE EXPRESS (8:05)	CARDIO TAE-BOXE (8:05)	08:00
08:30						ÉNERGIE YOGA		
09:00	BODY DESIGN	CARDIO MILITAIRE EXPRESS	CARDIO LATINO	CARDIO TAE-BOXE	CARDIO MILITAIRE EXPRESS	CARDIO LATINO	FESSES DE FER	09:00
09:30		ABDO SOLUTION			ÉNERGIE VITALITÉ			
10:00	ÉNERGIE YOGA	CARDIO LATINO	ABDO SOLUTION	DANSE AÉROBIQUE	CARDIO LATINO	ACCENT SOUPLESSE	ACCENT SOUPLESSE	10:00
10:30			CARDIO TAE-BOXE					
11:00	CARDIO MILITAIRE	DANSE AÉROBIQUE	CARDIO MILITAIRE EXPRESS	ÉNERGIE VITALITÉ	ACCENT SOUPLESSE	DANSE AÉROBIQUE	ÉNERGIE YOGA	11:00
11:30								
12:00	FESSES DE FER	CARDIO MILITAIRE EXPRESS	CARDIO LATINO	ABDO SOLUTION	CARDIO TAE-BOXE	ABDO SOLUTION	ACCENT SOUPLESSE	12:00
12:30		ÉNERGIE YOGA		BODY DESIGN		CARDIO TAE-BOXE	ÉNERGIE VITALITÉ	12:30
13:00	ACCENT SOUPLESSE	ÉNERGIE VITALITÉ	ABDO SOLUTION	CARDIO MILITAIRE EXPRESS	ÉNERGIE VITALITÉ	FESSES DE FER	CARDIO LATINO	13:00
13:30	CARDIO TAE-BOXE		CARDIO MILITAIRE					ABDO SOLUTION
14:00	ABDO SOLUTION	FESSES DE FER	CARDIO LATINO	CARDIO TAE-BOXE	ÉNERGIE YOGA	CARDIO MILITAIRE EXPRESS	ABDO SOLUTION	14:00
14:30						ABDO SOLUTION		
15:00	BODY DESIGN	CARDIO MILITAIRE EXPRESS	ÉNERGIE YOGA	ACCENT SOUPLESSE	ABDO SOLUTION	CARDIO LATINO	CARDIO TAE-BOXE	15:00
15:30								
16:00	ÉNERGIE YOGA	CARDIO LATINO	ACCENT SOUPLESSE	DANSE AÉROBIQUE	CARDIO TAE-BOXE	ÉNERGIE VITALITÉ	DANSE AÉROBIQUE	16:00
16:30								
17:00	CARDIO MILITAIRE	ABDO SOLUTION	ÉNERGIE VITALITÉ	CARDIO MILITAIRE EXPRESS	CARDIO LATINO	CARDIO MILITAIRE EXPRESS	CARDIO MILITAIRE EXPRESS	17:00
17:30		DANSE AÉROBIQUE		ABDO SOLUTION				
18:00	ABDO SOLUTION	CARDIO TAE-BOXE	BODY DESIGN	ACCENT SOUPLESSE	ÉNERGIE VITALITÉ	ACCENT SOUPLESSE	BODY DESIGN	18:00
18:30	ACCENT SOUPLESSE							
19:00	CARDIO LATINO	BODY DESIGN	FESSES DE FER	ÉNERGIE YOGA	DANSE AÉROBIQUE	ÉNERGIE VITALITÉ	ÉNERGIE VITALITÉ	19:00
19:30								
20:00	CARDIO TAE-BOXE	CARDIO TAE-BOXE	ÉNERGIE VITALITÉ	DANSE AÉROBIQUE	FESSES DE FER	ACCENT SOUPLESSE	ACCENT SOUPLESSE	20:00
20:30								
21:00	ACCENT SOUPLESSE	CARDIO MILITAIRE	CARDIO LATINO	ACCENT SOUPLESSE	CARDIO TAE-BOXE	ACCENT SOUPLESSE	ACCENT SOUPLESSE	21:00
21:30	FESSES DE FER							
22:00				ABDO SOLUTION				22:00
22:30								22:30

LÉGENDE / LEGEND



Cours anglophones/English classes



Cours francophone/French classes

ECONOFITNESS.CA