

HEURE DE COURS	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
7:30-8:15	CIRCUIT EXPRESS		CIRCUIT EXPRESS				
8:30-9:40	Z-FIT	20-20-20	Z-FIT	20-20-20	Z-FIT	CARDIO-MUSCU 9:00 - 9:55	
				Z DANCE STYLE ZUMBA			
10:00-11:10	PILATESSENCE	STRETCHING	ZONE VITALITÉ	MUSCU GOLD	STRETCHING	MOBILITÉ ARTICULAIRE 10:00 - 11:00	
12:00-12:45	CIRCUIT EXPRESS	CIRCUIT EXPRESS	CIRCUIT EXPRESS	CIRCUIT EXPRESS		CIRCUIT PRIVÉ (réservation requise)	
13:00-17:30	CIRCUIT PRIVÉ / SEMI-PRIVÉ (réservation requise)	CIRCUIT PRIVÉ / SEMI-PRIVÉ (réservation requise)	CIRCUIT PRIVÉ / SEMI-PRIVÉ (réservation requise)	CIRCUIT PRIVÉ / SEMI-PRIVÉ (réservation requise)	CIRCUIT PRIVÉ / SEMI-PRIVÉ (réservation requise)		
18:00-19:00	100% MUSCU		CIRCUIT PRIVÉ (réservation requise)	Z-FIT			
19:15-20:30	PILATESSENCE	Z DANCE STYLE ZUMBA 19:30 - 20:30	CARDIO MUSCU 19:00 - 20:00	PILATESSENCE			

VEUILLEZ PRENDRE NOTE

Le centre sera fermé du **28 février**
au **6 mars** inclusivement.