

FITNESS, GYM & DANSE

Planning Jeunes, Adultes & Séniors

Programme susceptible de modifications

LUN.	17h45-18h45 s. Frédonia YOGA* <i>Monique</i>	18h00-19h00 s. Choco BELE* <i>Linda</i>	19h00-22h00 ◇ SALSA avec Viva la Salsa s. Frédonia 0696 815 271 ◇ TANGO avec Tango Féline s. Choco 0696 740 102	
	17h-18h s. Milk BODY- PUMP <i>Thierry</i>	18h00-19h00 s. Milk BODY COMBAT <i>Thierry</i>	19h00-20h00 s. Milk HOUSE H-H* <i>René</i>	20h-21h30 s. Milk Atelier Contemporain* <i>Monique</i>
MAR.	17h-18h s. Choco C A F* C A F : Cuisse Abdo Fessier <i>Monique</i>	18h-19h s. Choco Circuit Training <i>Gino</i>	19h-20h Gym plein air Boot Camp Bike Début : 2012 <i>Gino</i>	
		18h-19h s. Milk L I A inter <i>Thierry</i>	19h-20h s. Milk STEP Avancé <i>Thierry</i>	20h-21h s. Milk STREET JAZZ* Team teach : Thierry & Héléni
MER	17h-18h s. Milk Circuit Training <i>Gino</i>	18h-19h s. Milk ATTACK Team teach : Gino & Thierry	19h-20h s. Milk BODY PUMP <i>Thierry</i>	19h-22h30 s. Frédonia ◇ SALSA Le Club VIVA LA SALSA
JEU.	17h-18h s. Choco TBD* Taille Bras Dos <i>Monique</i>	18h-19h30 s. Chocó BELE* Inter. & AFRIC'N'MOUV* ATELIER CHOREGRAPHIQUE		
	19h30-20h30 s. Frédonia Bike Début : 2012 <i>Gino</i>	18h-19h s. Milk Stability Ball <i>Gino</i>	19h-20h s. Milk STEP Déb. <i>Gino</i>	20h-21h s. Milk YOGA-STRETCH* <i>Monique</i>
VEND.	17h-18h s. Milk L I A Déb. <i>Thierry</i>	18h-19h s. Milk STEP Inter <i>Thierry</i>	19h00-20h s. Milk HILO <i>Thierry</i>	20h-21h00 s. Milk MODERN'JAZZ* <i>Héléni</i>
				20h-23h ◇ TANGO s. Choco
SAM.	8h30 -9h30 s. Milk YOGA-STRETCH* <i>Monique</i>	8h30 -9h30 s. Frédonia Total Abdo <i>Gino</i> Bike Début : 2012	9h30-10h30 s. Milk BODY- PUMP <i>Thierry</i>	20h-22h s. Milk Cie de danse L'ensemble des profs

Légende : * Cours suspendus pendant le mois de juillet ◇ Cours non inclus dans le tarif

ATTENTION

LES COURS FONCTIONNENT AVEC UN MINIMUM DE 10 PARTICIPANTS
 AU-DESSOUS, DE CET EFFECTIF, LES COURS PEUVENT ÊTRE SUSPENDUS EN ATTENTE D'ÊTRE REPROMOTIONNES

SUSPENSION DES COURS

Pendant les jours fériés

Grande vacances : du 1^{er} au 30 aout / **Noël :** du 22 décembre au 02 janvier

Pâques : pendant les 2 semaines pour la mise en place de stages ou conventions

Sylvio GIBON 0696 **23 81 04** Monique ASSOUVIE 0696 **84 98 58** Thierry STE ROSE MERIL 0696 **27 51 08**

Hauts de Californie Bat.A 19 97232 LE LAMENTIN Tél.: 0596 **60 47 98** Fax: 0596 **61 53 01**