



**Burpeesstudio**  
danser, s'entraîner, respirer !

**L'HEURE TRANQUILLE**

# Planning 2019

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
9h30 - 10h15 <b>Train'it</b>	9h30 - 10h15 <b>Pilates</b>		9h30 - 10h15 <b>CAF</b>	9h30 - 10h15 <b>BodyShape</b>	9h30 - 10h30 <b>Yoga</b>
10h15 - 11h <b>Pilates</b>	10h15 - 11h <b>Box'it</b>		10h15 - 11h <b>Pilates</b>	10h15 - 11h <b>Stretch</b>	10h30 - 11h15 <b>CAF</b>
12h30 - 13h15 <b>BodyShape</b>	12h30 - 13h15 <b>Pilates</b>	12h30 - 13h30 <b>Yoga</b>	12h30 - 13h15 <b>Train'it</b>	12h30 - 13h15 <b>Bike'it</b>	
	12h30 - 13h15 <b>Run'it</b>	<b>Hip Hop Kids</b> 14h15 > 6-10 ans 15h15 > 11-15 ans			14h30 - 15h15 <b>R-Train'it</b>
17h45 - 18h30 <b>CAF</b>	17h45 - 18h30 <b>BodyShape</b>	17h45 - 18h30 <b>R-Train'it</b>	17h45 - 18h30 <b>Pilates</b>	17h45 - 18h15 <b>Bike'it</b>	15h30 - 16h15 <b>Bike'it</b>
18h30 - 19h15 <b>Aero Débutant</b>	18h30 - 19h <b>Train'it</b>	18h30 - 19h15 <b>Pilates</b>	18h30 - 19h <b>CAF</b>	18h15 - 19h <b>Box'it</b>	16h15 - 17h15 <b>Zumba*</b>
19h15 - 20h <b>Box'it</b>	19h - 19h45 <b>Step Débutant</b>	19h15 - 19h45 <b>CAF</b>	19h - 19h45 <b>Zumba</b>	19h - 19h30 <b>Stretch</b>	
20h - 21h30 <b>Ragga</b>	19h45 - 20h45 <b>Zumba</b>	19h45 - 20h45 <b>Step / Aero</b> <i>(en alternance un mois sur deux)</i>	19h45 - 20h15 <b>BodyShape</b>	19h30 - 21h <b>Hip Hop</b>	
	20h45 - 21h30 <b>Bike'it</b>	20h45 - 21h45 <b>Yoga</b>	20h15 - 21h <b>Step</b>		
	21h30 - 22h15 <b>Step Intermédiaire</b>		21h - 21h45 <b>Aero</b>		

\*à partir du 9 février 2019