

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche		
<b>Ouverture 7h30 pour abonnement WOD*</b>								
7h45 : début du WOD								
<b>Ouverture 8h hors abonnement WOD</b>								
8h30 : fin du WOD								
<b>OPEN BOX</b>					<b>Ouverture 9h</b>			
					<b>OPEN BOX</b>			
9h30 - 10h15 Gym Tonic	9h30 - 10h15 Sculpt	9h30 - 10h15 Zumba	9h30 - 10h15 Pump	9h30 - 10h15 Gym Tonic	9h30 - 10h Gym Tonic	9h30 - 10h15 Pump		
10h15 - 11h Pilates	10h15 - 11h Balance	10h15 - 11h Pilates	10h15 - 10h30 Abdos Flash	10h15 - 11h Pilates	10h - 10h30 Cuisses/Fessiers	10h15 - 10h30 Abdos Flash		
<b>OPEN BOX</b>					10h30 - 11h30 Pump	10h30 - 11h30 Aéro Dance		
					11h30 - 12h30 WOD	11h30 - 12h15 Step		
					<b>OPEN BOX</b>		<b>OPEN BOX</b>	
					<b>OPEN BOX</b>		<b>Fermeture 14h</b>	
					14h30 - 16h Kung-Fu			
					<b>OPEN BOX</b>			
					<b>Fermeture 18h</b>			
18h30 - 19h Sculpt	18h30 - 19h Cuisses/Abdos/Fessiers	18h30 - 19h Sculpt	18h30 - 19h30 Zumba					
19h - 19h30 Abdos	19h - 19h45 Stretching	19h - 19h30 Abdos	19h30 - 20h30 Step					
19h30 - 20h30 Pump	19h45 - 20h30 Circuit/Hiit	19h30 - 20h30 Pump						
20h30 - 21h15 WOD								
<b>OPEN BOX</b>								
<b>Fermeture 22h</b>								

DEBUTANT

INTERMEDIAIRE

CONFIRME

\*Abonnement WOD  
horaires matin/soir modifiés chaque semaine

Hors abonnement

Tel : 01 41 13 60 61



STAY FIT : 21, rue André Theuriet - 92340 BOURG-LA-REINE