



**HORAIRE DES ACTIVITÉS
POUR LA CARTE AÉROBIE
ÉTÉ 2016
22 août au 2 septembre 2016**

HEURE	LUNDI		MARDI		MERCREDI	
	Salle polyvalente	Salle de danse	Salle polyvalente	Salle de danse	Salle polyvalente	Salle de danse
8 h 45		CARDIO-INTERVAL + Groupe 11		BODY FIT + Groupe 21		CARDIO-INTERVAL + Groupe 31
12 h 15		CARDIO-INTERVAL Groupe 13		CARDIOABDOS FESSES Groupe 23		CARDIO-INTERVAL Groupe 33
16 h 15		GYMTONUS Groupe 15		GYMTONUS Groupe 25		GYMTONUS Groupe 35
17 h 30		CARDIOABDOS FESSES + Groupe 16		BODY FIT+ Groupe 26		BODY FIT+ + Groupe 36

+ : durée 1 h 15

Des modifications peuvent être apportées à cet horaire sans préavis et est variable selon la demande.