





























lundi		mardi		mercredi		jeudi		vendredi		samedi	
Salle danse	Salle fitness	Salle danse	Salle fitness	Salle danse	Salle fitness	Salle danse	Salle fitness	Salle danse	Salle fitness	Salle danse	Salle fitness
											10h00-11h00 
11h00-12h00  V		11h00-12h00  V				11h00-12h00  V					11h00-11h45 A/F/S
12h30-13h30  M	12h30-13h15 T/A/F V	12h30-13h30  V	12h30-13h15 Bodysculpt M	12h30-13h30  M	12h30-13h30  V	12h30-13h15 C/A/S V	12h30-13h30  M	12h30-13h15  V	12h30-13h30  M		11h45-12h45  V/M
	17h30-18h30  V		17h30-18h00 A/F 18h00-18h30 H D C M	17h30-18h30  V			17h45-18h30 C/A/F V		18h00-19h00  V	<a href="http://www.les-girondins.com">www.les-girondins.com</a> <b>Girondins de Bordeaux</b>  05.56.34.41.94  Pour le bien de tous: Chaussures de salle et serviette obligatoires *Pilates I: Cours réservés aux débutants **Pilates II: Cours réservés aux intermédiaires Les cours de pump nécessitent une préparation technique indispensable Prendre rendez vous avec un des éducateurs <b>V: Virginie M: Mickaël</b>	
18h00-18h30 100% ABDOS M		18h30-19h30  V	18h30-19h30  M	18h30-19h30  V	18h30-19h30 Step II M	18h30-19h30  V	18h30-19h30  V	18h30-19h30  M			
	19h30-20h30  M	19h30-20h15  V	19h30-20h30  M		19h30-20h30  M	19h30-20h30  V					
Horaires d'ouverture salle de musculation du lundi au vendredi 9h30 à 20h30, le samedi 9h à 17h (sans encadrement)											

