

## Planning des cours collectifs 2010 / 2011

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	
Ouverture	9 h	9 h		9 h	9 h	9 h	
9h30	Pilates 45'	Cult Phys 45'	12h	TACF 45'	Body Barre 45'		
9h45						TACF 45'	
10h15		Stretching 15'			Stretching 15'		
10h30						Stretching 30'	
11h00						Body Barre 45'	
12h15		Cult Phys 45'			Abdos Fes 30'	Cult Phys 45'	
12h30	Abdos Fes 30'		Abdos Fes 30'				
12h45				Multi Gym 45'			
13h00	TACF 45'	Stretching 30'	Cult Phys 45'		Abdos Fes 30'		
13h15							
15h00				Pilates 45'			
16h00	Multi Gym 1h						
17h15	Cult Phys 45'			TACF 45'	Cult Phys 45'		
17h30		Abdos Fes 30'	Cult Phys 45'				
18h00	Stretching 45'	Cult Phys 45'		Body Barre 45'	LIA 45'		
18h15			LIA 45'				
18h45	LIA 45'	Stretching 45'		Step 45'	Stretching 30'		
19h00			TACF 45'				
19h15					Circuit 45'		
19h30	TACF 45'	Step 45'		Pilates 45'			
19h45			Body Barre 45'				
20h00							
Fermeture	21 h	21 h	21 h	21 h	21 h	21 h	

**GYMLIGNE**  
7 rue maquechien  
44000

02,40,47,07,67

[www.gymligne.com](http://www.gymligne.com)