

VIT'HALLES NATION

HEURE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	
MATIN	9H00	CULTURE PHYSIQUE 30' Renata	Krim	ABDOS FESSIERS 30' Vanda	Nico B	ABDOS TAILLE 30' Amaud
	9H30	ABDOS FESSIERS 30' Renata		Vanda		CUISSES FESSIERS 30' Amaud
	10H00	STRETCH 30' Renata	INITIATION PILATES Krim		Nico B	STRETCH 30' Amaud
	10H30	Caroline	11H00 ABDOS FESSIERS 30' Krim	Krim Vanda	STRETCH 45' Nico B	Renata
	11H30	Caroline	Krim	INITIATION PILATES Krim		

HEURE	SAMEDI	DIMANCHE
10H00	Fabrice	10H15 ABDOS FESSIERS 45' Marion
10H30		Greg
11H00	Fabrice Patrick	HI LOW 2 Patrick
		Marion

MIDI	12H30	JPS Renata	Arnaud Renata	Arnaud	STEP 1 45' Yohann	Arnaud
	13H15	STRETCH 30' Renata	ABDOS FESSIERS 30' Arnaud	13H Arnaud	LIA 1 45' Yohann	STRETCH 30' Arnaud

12H00	ABDO FESSIERS 60' Patrick	Greg JPS
13H00	STEP 2 Patrick	Beatrix

APRES-MIDI	14H30	ABDO FESSIERS 45' Renata		FIT DANCE KID 12-16 ANS Louise	14H ABDOS FESSIERS 30' STRETCH 30' Yohann	
	15H00	Renata				
	15H30			Josy	CULTURE PHYSIQUE 60' Mickael B	
	16H30	16H TAI-CHI Krim	STRETCH 45' J-Baptiste	16H00 Josy	STRETCH 45' Mickael B	ABDOS FESSIERS 30' Cédric

14H00	DANSE AFRO JPS	Beatrix
15H00	Renata Stéphane	Beatrix
16H00	Renata	Beatrix
17H00	INITIATION PILATES Souade	SALSA Mehmet

SOIR	17H15	17H INITIATION PILATES Krim	ABDOS FESSIERS 45' J-Baptiste	17H00 Josy 60'	ABDOS FESSIERS 45' Mickael B	17H INITIATION PILATES Cédric
	18H00	Monica Amaud	STEP 1 J-Baptiste Sid Ali	Renata Naila	STEP 2 Yohann Greg i	Steph. P
	19H00	Monica Lucile	Renata Josy	Renata Dorothée	Greg i Lucile	Dominique Stéphanie P
	20H00	Amaud	Josy Dominique	Dorothée	REGATTON Stéphane	Dominique
	21H00	INITIATION PILATES Souade	STRETCH 30' Dominique	RAGGA Louise	ZUMBA Yohann	20H30 Dominique



VIT'HALLES NATION

7h-22h30 Du Lundi au Vendredi

9h-19h Le Samedi

10h-19h Le Dimanche

e-mail : nation@vithalles.fr