

**Horaires d Ouverture et Calendrier des cours collectifs
de VITA FORME à partir du 05 Sept 2011**

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
9h30 Abdo-Fessiers -Hanches 10h-10h45 Body-Sculpt 10h45-1h15 12h	9h30 BODYMIND 10h-10h45 <i>Circuit Minceur</i> 12h15-13h05 13h50	9h30	9h30 CARDIO Varié 10h-10h45 Abdo-Fessiers -Hanches 12h15-13h 13h50	9h30 Gym Variée 10h-10h45 BODYMIND 12h15-13h 13h50	9h30 (à partir du 01/10/11) 12h
17h Abdo- Fessiers- Hanches 18h15-19h Body-Sculpt 19h-19h30 STEP 19h30-20h10 21h	17h <i>Circuit Minceur</i> 18h15-19h05 Elastogym 19h05-19h35 Cardio- Dance 19h35-20h15 21h	17h GLIDING 18h15-18h45 Stable GYMBALL 18h45-19h30 Aérogym 19h30-20h15 21h	17h <i>Interval- Training</i> 18h15-19h BOSU 19h-19h45 Stretching 19h45-20h 21h	17h PUMPING 18h15-19h Abdo-Taille 19h-19h20 BODYMIND 19h20-20h 20h30	