

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
	Spinning et Musculation <i>Joanie - 6h30</i>		Spinning ET Musculation <i>Joanie- 6h30</i>			Entrainement Club de Triathlon de Rimouski
Cardio Plaisir 9h10 <i>Joannie</i>	Zumba Low Impact <i>Isabelle 9h15</i>	Cardio Plaisir 9h10 <i>Joannie</i>	Zumba Low Impact <i>Isabelle 9h15</i>		Buddy Pompe Équipe 9h40	
Zumba Fitness <i>Isabelle 10h15</i>				Cardio Vélo <i>Alain 10h30</i>	Spinning Équipe 11h00	
Spinning et Musculation <i>Marie-Helene 12h00</i>	Spinning <i>Marie-Helene 12h00</i>	Buddy Pompe <i>Marie-Helene et Caroline 12h00</i>	Spinning <i>Marie-Helene 12h00</i>	Spinning <i>Joannie 12h00</i>		
		Zumba Fitness <i>Isabelle 13h30</i>				
Spinning <i>Claude 16h30</i>		Spinning <i>Claude 16h30</i>				
Buddy Pompe <i>Marie-Helene 17h30 – 30 min.</i>	Spinning <i>Jean-Michel 17h00</i>	Buddy Pompe <i>Joanie 17h30 – 30 min</i>	Spinning <i>Jean-Michel 17h00</i>	Cardio Mixte Énergie <i>Caroline-Mélissa 17h00</i>		
Cardio Mixte Énergie <i>Caroline 18h15</i>	Spinning <i>Gérald 18h10</i>	Cardio Mixte Énergie <i>Caroline 18h15</i>	Spinning <i>Gérald 18h10</i>	Zumba Parent-Enfant <i>Isabelle 18h30</i>		
Zumba <i>Mélissa 19h20</i>						
	Spinning Intervalles <i>Luc 20h10</i>		Spinning <i>Luc 20h10</i>			