



STUDIO AVENUE - ÉCOLE DE DANSE ET FITNESS

AUTOMNE 2017

Horaire sujet à changements sans préavis. (M.à j. 26 août 2017)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
9h00-10h00 Zumba/ muscultation Guylaine	<p>Programme de fitness pour femmes seulement Abonnement annuel ou à la session</p>				10h00-11h00 Cardio-Intervalles Guylaine
	18h00-19h00 Body design (deb. - inter) Guylaine	18h30-19h30 Piloxing Guylaine			
	19h00-20h00 P90x Guylaine		19h30 - 20h30 Pilates à confirmer		
19h30-20h30 Yoga Véronique	20h00 - 21h00 Zumba Guylaine				

Aussi
Mardi à 20h15
Hip Hop Adultes
avec Tatiana

Aussi
Mercredi à 20h00
Ballet Adultes
avec Marie-Ève