

PLANNING DES COURS COLLECTIFS FITNESS

A PARTIR DU 05 SEPTEMBRE 2022

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

9H15-10H00

BODY BALANCE
Cédric

TBC
Cédric

BODY BARRE
Maëva

Dos Bras Taille
Valérie

BODY SCULPT
Valérie

9H15 R P M *
Justine/Maëva

10H00-10H45

GYM
Justine

STRETCHING
Valérie

PILATES
Justine

C A F
Cédric

BODY BALANCE
Maëva

10H00 GYM
Valérie/ Cédric

12H30-13H15

PILATES
Justine

R P M *
Valérie

BODY BALANCE
Maëva

BODY SCULPT
Justine

GYM
Valérie

R P M *
Maëva

10H45 STRETCH
Valérie/ Cédric / Maëva / Justine

17H30-18H15

C A F
Cédric

BODY SCULPT
Valérie

GYM
Justine

CROSS TRAINING
Cédric

ZUMBA
Justine

18H15-19H00

BODY ATTACK
Valérie

BODY COMBAT
Maëva

18H15-19H15
BODY JAM
Cédric

R P M *
Justine

BODY BARRE
Maëva

19H00-19H45

BODY BALANCE
Valérie

R P M *
Maëva

19H15-19H45
STRETCHING
Cédric

ABDOS TAILLE STRETCH
Justine

PILATES
Justine

* Cours sur réservation auprès des hôtesse d'accueil au 04-42-04-82-32
Planning susceptible d'être modifié sans préavis

