

# PLANNING FITNESS - 2022

LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI		SAMEDI
9h00-9h45 BODY SCULPT		9h00-9h45 BODY PUMP		9h00-9h45 CAF		9h00-10h00 POSTURAL		9h00-9h45 GYM DOUCE		9h00-9h45 BODY PUMP
10h00-11h30 VINYASA YOGA		10h00-10h45 STRETCHING	10h15-11h00 BIKING VIRTUEL	10h00-11h30 QI GONG & MEDITATION		10h00-11h00 CROSS KIDS 6-10 ans		10h00-11h00 YIN YOGA		10h00-10h45 BIKING
										11h00-11h45 PILATES
12h30-13h15 CAF	12h30-13h15 BIKING VIRTUEL	12h30-13h15 FIT TRAINING	12h30-13h15 BIKING VIRTUEL	12h30-13h15 BIKING		12h30-13h15 CORE TRAINING	12h30-13h15 BIKING VIRTUEL	12h30-13h15 BODY SCULPT	12h30-13h15 BIKING VIRTUEL	12h30-13h15 BIKING VIRTUEL

14h00-14h45  
ZUM KIDS 4-6 ans

15h00-15h45  
ZUM KIDS 7-11 ans

17h00-18h00  
CROSS KIDS 11-15 ans

18h15-19h00 BIKING *	18h15-19h00 STRONG NATION		18h15-19h00 BODY BALANCE	18h15-19h00 BIKING VIRTUEL	18h15-19h00 BODY PUMP	18h15-19h00 BIKING VIRTUEL	
19h15-20h00 STEP	19h15-20h00 ZUMBA		19h15-20h00 CORE TRAINING		19h15-20h00 BIKING		

