

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 YIN YOGA		10h00-10h45 BIKING		10h00-10h45 BIKING *	
						10h00-11h00 CROSS KIDS 6-10 ans				11h00-12h00 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	
				14h00-14h15 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					

