



PLANNING OCTOBRE 2020

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
C.A.F 9h30 – 10h15	STEP DEBT 9H30 – 10h15		BODY SULPT 9h30 – 10h15	BODY BARRE 9H30 – 10h15	STEP avancé 10h00 – 10h45
L.I.A. DEBT 10h15 – 11h00	GYM POSTURALE 10h15 – 11h00		PILATES 10h15 – 11h00	STRETCHING 10H15 – 10H30	BODY BARRE 11h00 – 12h00
					STRETCHING 12h00 – 12h15
C.A.F 12h30 – 13h15	BODY BARRE 12h30 – 13h15		BODY SCULPT 12h30 – 13h15		1 SAMEDI / 2
					CALENDRIER DES SAMEDIS SUR LE SITE
					ZUMBA  10h00 – 10h45
					INTERVAL TRAINING 11h00 – 12H00
STEP INT 18h30 – 19h15	C.A.F 18h30 – 19h15	BODY BARRE 18h15 – 19h15	LIA INT 18h30 – 19h15	STEP DEBT 18h30 – 19h15	
BODYBARRE 19h15 – 20h00	ZUMBA  19h15 – 20h00	INTERVAL TRAINING 19h15 – 20H15	C.A.F 19h15 – 20h00	BODY BARRE 19h15 – 20h00	



OUVERT 7J/7 - DE 6H00 À 22H00