



PLANNING 4FITNESS DU 24/12/2018 AU 30/12/2018

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
9h	⌚ 9h30 (60') PILATES		⌚ 9h30 (45') AQUA GYM	⌚ 9h30 (45') AQUA GYM	⌚ 9h30 (45') AQUA GYM	
10h	⌚ 10h30 (45') AQUA GYM	<p><i>Joyeux Noël</i></p> 	⌚ 10h15 (45') CAF	⌚ 10h00 (60') BODY SCULPT ⌚ 10h30 (45') AQUA BIKE	⌚ 10h15 (45') CAF	⌚ 10h00 (45') AQUA BIKE ⌚ 10h45 (45') BIKE
12h	⌚ 12h30 (45') AQUA GYM ⌚ 12h30 (45') ZUMBA		⌚ 12h30 (45') BODY PUMP	⌚ 12h30 (45') AQUA GYM	⌚ 12h30 (45') GYM DOUCE	
18h	<p><i>Fermeture à 16h00 Bon Réveillon</i></p> 		⌚ 18h00 (45') AQUA GYM ⌚ 18h45 (60') BODY JAM	⌚ 18h30 (45') BIKE	⌚ 18h00 (60') BODY PUMP	
19h				⌚ 19h15 (45') CIRCUIT TRAINING ⌚ 19h15 (45') AQUA GYM	⌚ 19h00 (45') AQUA GYM	

Ce planning de cours collectifs est susceptible de subir des modifications en fonction des attentes des adhérents et des impératifs de production.

■ RENFORCEMENT MUSCULAIRE
 ■ CARDIO
 ■ CYCLING
 ■ BIEN-ÊTRE
 ■ COURS EN OPTION ET SUR RESERVATION

