

mai 2018

Planning FITNESS

Salle GALLIENI

N° Sem Séance LUNDI MARDI MERCREDI JEUDI VENDREDI

VACANCES DE PÂQUES

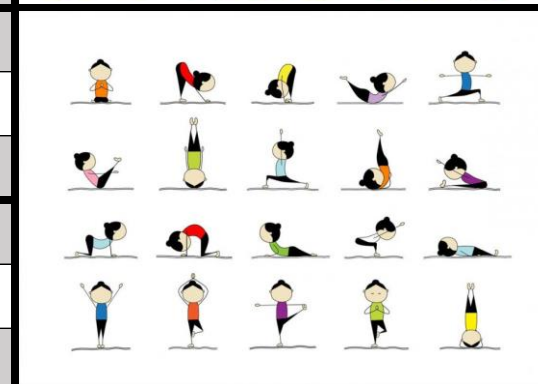


19	Matin	7	Matin en forme		9	Matin en forme	ASCENSION			
	Midi		Tabata							
	Soir									

20	Matin	14	Matin en forme	15	Total Gym	16	Matin en forme	17	Gym Ball	18	
	Midi		Body Gym								Stretch
	Soir				TAF				Bed		



21	Matin	21		22	Elasto-Gym	23	Matin en forme	24	Gym Douce	25	
	Midi										Elasto-Gym
	Soir				Gym Ball				Marathon Saint Roch		



22	Matin	28	Matin en forme	29	Sculpt n'Stretch	30	Matin en forme	31	Abdos Fessiers	1	
	Midi		Sculpt n'Step								Gym Ball
	Soir				Tabata				Stretch		



Lundi et Mercredi 10h30 à 11h30 - Lundi et Vendredi 12h30 à 13h30 - Mardi et Jeudi 9h30 à 10h30 et 18h00 à 19h00