

juin 2018

Planning FITNESS

Salle ST ROCH

N° Sem	Séance	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
22	Matin					1	Démonstration Fitness à Castagniers Samedi 16 Juin & Soirée Pan Bagnat et Musique DJ	
	Midi							
	Soir					Elasto Fesses		
23	Matin	4	5	6	7	8		
	Midi							
	Soir		Taf		Bed	Abdos Stretch		
24	Matin	11	12	13	14	15		
	Midi							
	Soir		Body Gym		Step n'Stretch	Gym Douce		
25	Matin	18	19	20	21	22		
	Midi							
	Soir		Total Gym		Marathon Saint Roch	Gym Ball		
26	Matin	25	26	27	28	29		
	Midi							
	Soir		Step n' Circuit Sculpt		Abdos Fessiers	Stretch		



Mardi Jeudi et Vendredi : 19h15 à 20 h - Marathon Saint Roch le Jeudi 24 mai