

# avril 2018

# Planning FITNESS

# Salle ST ROCH

N° Sem	Séance	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
14	Matin	2	3	4	5	6
	Midi					
	Soir		BODY GYM		STEP & STRETCH	NEW BALANCE
15	Matin	9	10	11	12	13
	Midi					
	Soir		CROSS TRAINING		TAF	BED
16	Matin	16	17	18	19	20
	Midi					
	Soir		SCULPT & STRETCH		MARATHON SAINT ROCH	GYM DOUCE
17	Matin	23	24	25	26	27
	Midi					
	Soir		STEP n' CIRCUIT SCLUPT		ABDOS STRETCH	FESSIERS STRETCH

