

novembre 2018

Planning FITNESS

Salle ST ROCH

N° Sem	Séance	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
44	Matin				1	2
	Midi					
	Soir					
45	Matin	5	6	7	8	9
	Midi					
	Soir		Body Gym		Circuit Ball	Stretch
46	Matin	12	13	14	15	16
	Midi					
	Soir		Total Gym		Marathon GALLIENI	Dos Abdos
47	Matin	19	20	21	22	23
	Midi					
	Soir		Taf		Step & Stretch	Bed
48	Matin	26	27	28	29	30
	Midi					
	Soir		Sculpt & Step		Tabata	Gym Douce



Repas Beaujolais le jeudi 15/11 à 19h
Pensez à réserver



Mardi Jeudi et Vendredi : 19h15 à 20 h - Marathon Galliéni le Jeudi 15 Novembre