

Votre planning Fitness du 6 janvier au 30 juin 2020

MATIN

MIDI

SOIR

Lundi

Fitness

9h30 **C.A.F.**

10h05 **BODYPUMP**

10h40 **BODYBALANCE**

12h30 **STREET JAM**

12h30 **HBX BOXING**

17h45 **CXWORX**

17h40 **HBX BOXING**

18h30 **BODYATTACK**

18h30 **RPM**

19h30 **BODYPUMP**

19h **HBX BOXING**

Mardi

Fitness

9h30 **TBC**

10h20 **BODYBALANCE**

12h30 **RPM**

12h30 **HBX BOXING**

17h30 **BODYPUMP**

17h45 **HBX BOXING**

18h30 **SH'BAM**

18h30 **1.82**

19h15 **BODYBALANCE**

19h30 **HBX BOXING**

Mercredi

Fitness

9h30 **BODYPUMP**

10h10 **CXWORX**

10h45 **STRETCHING**

12h30 **CROSS TRAINING**

17h45 **CXWORX**

18h **HBX BOXING**

18h30 **BODYCOMBAT**

18h45 **1.82**

Jeudi

Fitness

9h30 **TBC**

10h20 **STRETCHING**

12h30 **RPM**

12h30 **STRETCHING**

17h45 **BODYATTACK**

17h30 **RPM**

18h20 **BODYPUMP**

18h15 **HBX BOXING**

19h30 **BODYCOMBAT**

19h30 **CXWORX**

Vendredi

Fitness

9h30 **C.A.F.**

10h15 **SH'BAM**

12h30 **CXWORX**

12h30 **BODYATTACK**

17h45 **CROSS TRAINING**

18h45 **RPM**

18h45 **RPM**

Samedi

Fitness

9h30 **RPM**

10h30 **C.A.F.**

11h15 **BODYBALANCE**

Cours à dominante cardio

Cours à dominante renforcement musculaire

Espace enfants surveillés