



**Du 9 septembre 2024
au 13 juin 2025**

LUNDI	08h45 - 13h30	<i>ACCES SALLE DE REMISE EN FORME</i>	
	08h45 - 09h45	BODY SCULPT	GREG
	10h00 - 11h00	GYM DOUCE	MARIE
	11h00 - 12h00	FIT SENIOR	GREG
	12h - 13h30	BADMINTON	DAMIEN
	12h15 - 13h15	YOGALATES	MARC
	17h00 - 18h45	<i>ACCES SALLE DE REMISE EN FORME</i>	
	19h00 - 20h00	CARDIO SCULPT	MARIE

MARDI	08h45 - 13h30	<i>ACCES SALLE DE REMISE EN FORME</i>	
	08h45 - 09h45	CARDIO SCULPT	MARC
	11h00 - 12h00	FIT SENIOR	MARIE
	12h00 - 13h30	BADMINTON	MARC
	12h15 - 13h15	BODY SCULPT	GREG
	17h00 - 18h45	<i>ACCES SALLE DE REMISE EN FORME</i>	
	19h00 - 20h00	FULL INTENSIF BODY	GERALD

MERCREDI	08h45 - 11h00	<i>ACCES SALLE DE REMISE EN FORME</i>	
	09h30 - 10h30	PILATES	MARC
	17h00 - 18h45	<i>ACCES SALLE DE REMISE EN FORME</i>	
	19h00 - 20h00	PILATES	MARC

JEUDI	08h45 - 13h30	<i>ACCES SALLE DE REMISE EN FORME</i>	
	08h45 - 09h45	ABDO-FESSIERS	DAMIEN
	10h00 - 11h00	GYM DOUCE	GERALD
	11h00 - 12h00	FIT SENIOR	GERALD
	12h - 13h30	BADMINTON	DAVID
	12h15 - 13h15	ABDO-FESSIERS	DAMIEN
	17h00 - 18h45	<i>ACCES SALLE DE REMISE EN FORME</i>	
	19h00 - 20h00	CARDIO SCULPT	GREG

VENDREDI	08h45 - 13h30	<i>ACCES SALLE DE REMISE EN FORME</i>	
	08h45 - 09h45	STRETCHING	DAVID
	11h00 - 12h00	FIT SENIOR	DAVID
	12h15 - 13h15	CIRCUIT TRAINING	MARIE
	17h00 - 18h45	<i>ACCES SALLE DE REMISE EN FORME</i>	
	19h00 - 20h00	FUN FIT	DAMIEN

Programme susceptible d'être modifié.