

PLANNING ACTIVITES CLUB

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
9H	Ouverture circuit 9H	Ouverture circuit 9H	Ouverture circuit 9H	Ouverture circuit 9H45 (à partir de janv 2019)	Ouverture circuit 9H	
10H						10H
12H30	12H30/13H SESSION CUISSSES FESSIERS	12H30/13H SESSION RENFO BRAS POITRINE	12H30/13H SESSION CARDIO KICKBOXING	12H30/13H SESSION ABDOS FESSIERS KILLERS	12H30/13H SESSION ZUMBA	
13H	13H/13H30 ATELIER ABDOS ACCESSOIRES Fermeture 14h	Fermeture circuit 13H30 13H30/14H SESSION ZUMBA	Fermeture 14h	Fermeture 14h	Fermeture 14h	FERMETURE CIRCUIT A 15H (fermeture 14h à partir de janv)
14H						
16 H	Ouverture circuit 16h	Ouverture circuit 16h	Ouverture circuit 16h	Ouverture circuit 16h	Ouverture circuit 16h	
			17H/17H30 ATELIER ABDOS ACCESSOIRES			
	18H30/19H SESSION BRAS POITRINE	18H30/19H ABDOS FESSIERS KILLERS	18H30/19H ABDOS FESSIERS Fermeture circuit 19H15	18H30/19H SESSION ZUMBA	18H45/19H15 SESSION CARDIO	
19H45	Fermeture circuit 19H45	19H15/19H45 SESSION CARDIO	19H15/19H45 SESSION ZUMBA			
20H	19H45/ 20H15 SESSION ZUMBA	FERMETURE 20H30	FERMETURE 20H			
20H30						
SESSIONS ZUMBA et ATELIERS ABDOS ACCESSOIRES sur inscription						