

PLANNING 2021 - 2022

- * réservation RPM sur Heitz fit 3.0 ou Club Connect
- * planning susceptible d'être modifié

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
ABDOS FESSIERS 9H15- 9H45	CIRCUIT FORME 9H15 - 10H00	ABDOS FESSIERS 10H15 - 11H00	CULTURE PHYSIQUE 9H15 - 10H00	ZUMBA 9H15 - 10H00	BODY PUMP 10H00 - 10H45	ABDOS GAINAGE 10H00 - 10H30
BODY PUMP 9H45 - 10H45	YOGA 10H00 - 11H00	SRETCHING 11H00 - 11H30	RPM 10H00 - 11H00	CULTURE PHYSIQUE 10H00 - 11H00	BODY COMBAT 10H45 - 11H30	BODY PUMP 10H30 - 11H30
STRETCHING 10H45 - 11H15	SRETCHING 11H00 - 11H30		YOGA 11H00 - 11H45	PILATES 11H00 - 11H45	ABDOS FESSIERS 11H30 - 12H00	RPM 11H30 - 12H30
ABDOS FESSIERS 12H15 - 13H00	BODY PUMP 12H15- 13H00		RPM 12H15 - 13H00	RPM 11H00 - 12H00		
BODY PUMP 18H00- 19h00	RPM 18H00 - 19H00	ABDOS GAINAGE 18H00 - 18H30	BODY COMBAT 18H00- 18H45	ABDOS FESSIERS 18H00 - 18H30		STRETCHING 12H00 - 12H15
RPM 18H30 - 19H15	HIIT 19H00- 19H30	CROSS TRAINING 18H30 - 19H30	RPM 18H00 - 18H45	STEP 18H30 - 19H30	<p>Du lundi au vendredi 7H00 / 22H00 samedi 8H00 - 19H00 Dimanche 8H00 - 15H00</p>	
BODY COMBAT 19H00- 20H00	ABDOS FESSIERS 19H30 - 20H00	RPM 18H30 - 19H15	BODY PUMP 18H45- 19h30	STRETCHING 19h30 - 20h00		
RPM 19H30 - 20H15		RPM 19H30 - 20H15	ABDOS FESSIERS 19H30 - 20H00			
STRETCHING 20H00 - 20H30	ZUMBA 20H00 -21h00	BODY PUMP 19H30 - 20H15	ZUMBA 20H00-21h00			
		SRETCHING 20H15 - 20H45				