



# PLANNING

A partir du 12 septembre



DU LUNDI AU VENDREDI DE 8H-21H

SAMEDI DE 9H-14H

DIMANCHE DE 9H-13H

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
9H15	<b>CROSS TRAINING</b> AVEC OLAC	<b>ZEN ATTITUDE</b> AVEC VALERIE	<b>CAF</b> AVEC STEPHANIE		
10H30				<b>PILATES</b> AVEC NASSIMA	<b>ZEN ATTITUDE</b> AVEC VALERIE
12H30	<b>CAF</b> AVEC STEPHANIE		<b>CROSS TRAINING</b> AVEC OLAC	<b>CROSS TRAINING</b> AVEC OLAC	

SAMEDI

10H00

11H00

**LES MILLS**  
**RPM**  
VIDEO

DIMANCHE

**LES MILLS**  
**RPM**  
VIDEO

17H30	<b>CARDIO BOXE</b> AVEC SAMMY	<b>PILATES</b> AVEC STEPHANIE	<b>CAF</b> AVEC STEPHANIE		<b>LES MILLS</b> <b>RPM</b> VIDEO
18H30	<b>VELO BIKING</b> AVEC SAMMY	<b>LES MILLS</b> <b>BODYPUMP</b> AVEC STEPHANIE	<b>VELOS BIKING</b> AVEC STEPHANIE	<b>CARDIO BOXE</b> AVEC SAMMY	
19H30	<b>CARDIO DANSE</b> AVEC SAMMY		<b>OU PILATES</b> AVEC NASSIMA	<b>VELO BIKING</b> AVEC SAMMY	

