



GRILLE DE COURS 2018

PLANNING

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

09H15

Renforcement
Musculaire
Patrice

Zumba
Béatrice

Renforcement
Musculaire
Patrice

Body Art
Malika

Bike
Noëlle/Max

12H15

Pump
Max

Bike
Max

Abdos express
Max

CAF
Max

Bike
Luc/Max

18H00

Cross
Training
Max

Zumba

18H30

Bike
Noëlle/Max

Yoga
Malika

Self-défense
David

19H00

Pilates
Max