

Planning Cours Collectifs Charenton Le Pont 2018-2019

Lundi 8h30-22h00	Mardi 8h30-22h00	Mercredi 8h30-22h00	Jeudi 8h30-22h00	Vendredi 8h30-22h00	Samedi 9h00-19h00	Dimanche 9h00-14h00
10h - 10h30 Body-Sculpt	10h - 10h45 Cuisses-Abdos	10h - 10h30 Body-Sculpt	10h - 10h45 Body-Sculpt	10h - 10h45 Cuisses-Abdos	10h - 10h30 Abdos-Fessiers	10h - 10h30 Body-Sculpt
10h30 - 11h Abdos-Fessiers	Fessiers	10h30 - 11h Abdos-Fessiers		Fessiers	10h30 - 11h Body-Sculpt	10h30 - 11h Abdos-Fessiers
11h - 11h30 Stretching	10h45 - 11h30 Accro Balance	11h - 11h30 Stretching	10h45 - 11h30 Gym Douce	10h45 - 11h45 Yoga	11h - 11h45 Circuit Training	11h - 11h45 Zumba
12h15 - 13h Accrosuspension	12h15 - 13h Accro Pump	12h15 - 12h45 Circuit Training	12h15 - 13h TBC	12h15 - 12h45 Abdos-Fessiers		
13h - 13h30 Body-Sculpt	13h - 13h30 Accro Balance	12h45 - 13h30 Cuisses-Abdos	13h - 13h30 Stretching	12h45 - 13h30 Zumba		
		13h30 - 14h Fessiers			14h - 14h45 Tailles-Hanches	
					Abdos-Fessiers	
					14h45 - 15h15 Body-Sculpt	
					15h15 - 16h Step	
18h - 18h45 Tailles-Hanches	18h - 18h45 Cuisses-Abdos	18h - 18h30 Abdos-Fessiers	18h - 18h30 Body-Sculpt	18h - 18h45 Accrosuspension		
18h45 - 19h30 Body-Sculpt	Fessiers	18h30 - 19h Body-Sculpt	18h30 - 19h Abdos-Fessiers	18h45 - 19h30 Body-Sculpt		
19h30 - 20h15 Zumba	18h45 - 19h30 Step	19h - 19h45 Circuit Training	19h - 19h45 Zumba	19h30 - 20h15 Tailles-Hanches		
	19h30 - 20h15 Body-Sculpt	19h45 - 20h30 Tailles-Hanches		Abdos-Fessiers		
20h15 - 20h30 Flash Stretching	20h15 - 20h30 Flash Stretching	20h30 - 21h30 Yoga	19h45 - 20h30 PILATE			