

PLANNING SESSIONS

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
10H15/10H45 ABDOS -FESSIERS		10H15/10H45 ABDOS -FESSIERS			10H00/10H30 ABDOS -FESSIERS
12H15/12H45 CIRCUIT FULL BODY	12H15/12H45 CIRCUIT BRAS	12H15/12H45 CIRCUIT FULL BODY	12H15/12H45 CIRCUIT BRAS	12H15/12H45 CIRCUIT CARDIO BURN	
12H45/13H15 CIRCUIT CARDIO	12H45/13H15 FLASH ABDOS FESSIERS	12H45/13H15 CIRCUIT CARDIO	12H45/13H15 FLASH ABDOS FESSIERS	12H45/13H15 ZUMBA	
13H15/13H45 FLASH ABDOS FESSIERS	13H15/13H45 CIRCUIT CARDIO	13H15/13H45 FLASH ABDOS FESSIERS			
17H00/17H30 FLASH ABDOS FESSIERS		17H00/17H30 FLASH ABDOS FESSIERS			
18H15/18H45 FLASH ABDOS FESSIERS	18H15/18H45 CIRCUIT CUISSES FESSIERS	18H15/18H45 FLASH ABDOS FESSIERS	18H15/18H45 CIRCUIT CUISSES FESSIERS		
18H45/19H15 CIRCUIT CARDIO	18H45/19H15 FLASH ABDOS FESSIERS	18H45/19H15 CIRCUIT CARDIO	18H45/19H15 ZUMBA		
19H15/19H45 CIRCUIT CARDIO	19H15/19H45 CIRCUIT CARDIO	19H15/19H45 ZUMBA	19H15/19H45 CIRCUIT CARDIO		