



PLANNING 2021/ 2022

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
10h00-11h00 GYM		10h00-11h00 FIT ZEN			10H30 – 11h15 Cuisses abdos fessiers
12h 30-13h15 CUISSSES ABDOS FESSIERS	12h 30-13h15 TAK FIT	12h 30-13h15 T.B.C	12h 30-13h15 BODY BARRE		11h15 – 12h00 TAK FIT
	18h00-18h15 ABDOS FLASH				
18h00-18h45 STEP	18h15-19h00 TAK FIT	18h15-19h00 BODY BARRE	18h00-18h45 CUISSSES ABDOS FESSIERS	18h00 – 18h45 T.B.C	
18h45-19h30 CUISSSES ABDOS FESSIERS	19h00-19h45 CUISSSES ABDOS FESSIERS	19h00-19h45 FIT ZEN	18h45-19h30 AERO COMBAT		
19h30-20h15 BODY BARRE	19h45-20h45 ZUMBA	19h00 – 20h00 RUNNING	19h30-20h15 TAK FIT		