



# PLANNING COURS COLLECTIFS

(hors vacances scolaires)

2017 / 2018

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
10H 	10H <b>PARCOURS MINCEUR</b>	10H <b>CUISSES ABDOS FESSIERS</b>	10H <b>Circuit Training</b>	10H  Débutant	10H <b>CUISSES ABDOS FESSIERS</b>
12H15 	12H30 <b>CUISSES ABDOS FESSIERS</b>	12H15 	12H30 	12H15 	
<b>COURS MULTIMEDIA DE 6H-23H</b>				<b>7 / 7</b>	
17H45 <b>CUISSES ABDOS FESSIERS</b>	17H45 	17H45 	17H45 	17H45 <b>CUISSES ABDOS FESSIERS</b>	<b>OUVERT</b>  <b>6h-23h</b>  <b>7 / 7</b>
18h30  Intermédiaire	18h30 <b>CARDIO BOXE</b>  * tous les 1er mardi du mois 	18h30 	18h30 <b>CUISSES ABDOS FESSIERS</b>	18h30 	
19h30   *19h15 à 20h15 tous les 1er lundi du mois 	19h30  Confirmé	19h30 <b>CARDIO BOXE</b>	19h30 	19h30 	
20h15 	20h15 <b>ETIREMENTS +RELAXATION</b>	20h15 <b>Circuit Training</b>	20h15 	<b>PRESENCE COACHS</b> Lundi au vendredi 9h30-12h15 et 15h-20h30  Samedi 9h30-12h30	



LES COURS COLLECTIFS SONT ASSURES A PARTIR DE 3 PERSONNES

