

Planning des cours :



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
09:00	PLATEAU MACHINES David et Jérémcy 1 heure	-	PLATEAU MACHINES David 1 heure	PLATEAU MACHINES Jérémcy 1 heure	PLATEAU MACHINES David et Jérémcy 1 heure	-
09:30	-	PLATEAU MACHINES David et Jérémcy 1 heure	-	-	-	-
10:00	-	-	-	-	-	PLATEAU MACHINES Hugo 1 heure
10:30	-	-	CIRCUIT TRAINING David 1 heure	-	-	-
10:45	BIKE Jérémcy 1 heure - PILATES David 45 minutes	-	-	STRETCHING Jérémcy 45 minutes	-	-
11:00	-	-	-	-	PLATEAU MACHINES Jérémcy 1 heure	-
11:30	-	-	-	-	-	CIRCUIT TRAINING Hugo 1 heure
14:00	PILATES David 1 heure	RENFO MUSCULAIRES David 1 heure	PLATEAU MACHINES Hugo 1 heure	-	-	-
14:15	-	-	-	PILATES Lorine 1 heure	-	-
15:00	RENFO MUSCULAIRES David 1 heure	-	PLATEAU MACHINES Hugo 1 heure	-	-	-
15:15	-	-	-	EQUILIBRE Lorine 45 minutes	-	-
16:30	-	-	-	PLATEAU MACHINES Jérémcy 1 heure	-	-
17:00	-	PLATEAU MACHINES David 1 heure	-	-	-	-