

# PLANNING 2022 - 2023

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
		<b>PILATES</b> 09:00 - 09:45			<b>ABDOS FLASH</b> 11:00 - 11:30
<b>CAF</b> 12:30 - 13:15		<b>FIT JUMPING</b> 12:30 - 13:00		<b>BODY SCULPT</b> 12:30 - 13:15	<b>CROSS TRAINING*</b> 11:45 - 12:30
<i>- GET READY - GET READY - GET READY -</i>					
					X
<b>BODY SCULPT</b> 18:30 - 19:00	<b>CROSS TRAINING*</b> 18:00 - 18:45	<b>ABDOS FLASH</b> 18:00 - 18:30		<b>YOGA</b> 17:15 - 18:00	
<b>BIKING*</b> 19:00 - 19:45	<b>STEP</b> 18:30 - 19:00	<b>FIT JUMPING</b> 18:30 - 19:00		<b>CROSS TRAINING*</b> 18:00 - 18:45	
<b>ABDOS FLASH</b> 19:00 - 19:30	<b>HANCHES / FESSIERS</b> 19:00 - 19:30	<b>BIKING*</b> 19:00 - 19:45	<b>CARDIO FIT</b> 18:30 - 19:15	<b>ABDOS FLASH</b> 18:45 - 19:15	
<b>FIT JUMPING</b> 19:30 - 20:00	<b>CUISSES / ABDOS</b> 19:30 - 20:00	<b>PUMP</b> 19:00 - 19:45	<b>PILATES</b> 19:15 - 20:00	<b>PUMP</b> 19:15 - 20:00	

\* Non compris dans l'abonnement « Fitness »

La direction se réserve le droit de modifier le planning durant l'année.