

PLANNING DES COURS COLLECTIFS COACHÉS

FITNESS PARK

SE DÉPASSER - SE SURPASSER

NEUILLY PLAISANCE

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE	
06h00-18h00	06h00-18h00	06h00-11h00	06h00-18h00	06h00-11h00	06h00-09h00	06h00-11h00	
COURS COLLECTIFS VIRTUELS	COURS COLLECTIFS VIRTUELS	COURS COLLECTIFS VIRTUELS	COURS COLLECTIFS VIRTUELS	COURS COLLECTIFS VIRTUELS	COURS COLLECTIFS VIRTUELS	COURS COLLECTIFS VIRTUELS	
				11h00-12h00	09h00-11h00	11h00-12h00	
				CROSS TRAINING	CROSS TRAINING	TRAINING HYROX	
				12h00-12h30	11h00-13h00	12h00-13h00	
18h00-18h45		11h00-13h00		ABDOS FLASH	CROSS TRAINING	TRAINING HYROX	
HIT		12h30-18h00		13h00-14h00	15h00-15h30		
18h45-19h00		18h00-19h00		13h00-18h00	COURS COLLECTIFS VIRTUELS	COURS COLLECTIFS VIRTUELS	TABATA
18h00-19h00		14h00-15h00		15h30-16h30			
ABDOS FLASH	PILATES	COURS COLLECTIFS VIRTUELS		POWER SCULPT	CROSS TRAINING (DÉBUTANTS)	PILATES	
19h00-19h45	19h00-20h00	18h00-18h30		18h00-19h30	19h00-20h00	15h15-15h45	16h30-23h00
CAF	STEP	WOD		TRAINING HYROX	HIT FORCE	CIRCUIT ABDOS	COURS COLLECTIFS VIRTUELS
19h45-20h00	20h00-20h30	18h45-19h45		19h30-23h00	20h00-23h00	15h45-23h00	
GYM DOUCE	STRETCHING	ATTACK TRAINING	COURS COLLECTIFS VIRTUELS	COURS COLLECTIFS VIRTUELS	COURS COLLECTIFS VIRTUELS		
20h00-23h00	20h30-23h00	19h45-23h00					
COURS COLLECTIFS VIRTUELS	COURS COLLECTIFS VIRTUELS	COURS COLLECTIFS VIRTUELS					