

# PLANNING

## DES COURS COLLECTIFS COACHÉS

**FITNESS PARK**

SE DÉPASSER - SE SURPASSER

**BOBIGNY**

LUNDI		MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
18h00-18h30			18h00-18h30		18h00-19h00
BODY SCUPLT	WOD		BODY BARRE		CIRCUIT TRAINING
18h30-19h00			18h30-19h00		19h00-20h00
ABDOS FESSIERS			HIIT		YOGA/PILATES
19h30-20h00			19h00-19h30		
ZUMBA			ABDOS FESSIERS		
20h00-20h30			19h30-20h00		
STEP			ZUMBA		
			20h00-20h30		
			STRETCHING		

# FIGHT PARK

## PLANNING PARIS BOBIGNY

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
19h30 à 20h30	18h30 à 19h30	18h30 à 19h30	18h30 à 19h30	19h30 à 20h30
KICK BOXING	LADY BOXING	BOXE ANGLAISE	LADY CROSS	KICK BOXING
20h30 à 21h30	19h30 à 20h30	19h30 à 20h30	19h30 à 20h30	20h30 à 21h30
BOXE ANGLAISE	BOXE ANGLAISE	KICK BOXING	GRAPPLING	BOXE ANGLAISE