

PLANNING DES COURS COLLECTIFS 2026

FITNESS PARK

SE DÉPASSER • SE SURPASSER

FITNESS PARK VALENCE

MATIN

LUNDI	MARDI	MERCREDI		JEUDI	VENDREDI		
12h15-13h00	12h15-13h00	12h15-13h00		12h15-13h00	12h15-13h00		
CAF	BODY BARRE	BIKING	CROSSTRaining	PILATES	BIKING	BODY SCULPT	HYROX

SOIR

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
18h15-19h00	17h00-17h45	16h45-17h30	17h30-18h15	
FITDANCE	CAF	MOBILITÉ & POSTURE	BODYZEN	
19h00-19h45		19h00-19h45		
BIKING		HYROX		