

PLANNING DES COURS COLLECTIFS COACHÉS

FITNESS PARK

SE DÉPASSER - SE SURPASSER

MANDELIEU

LUNDI	MARDI		MERCREDI	JEUDI		VENREDI	SAMEDI
09h15-10h15	09h15-10h15		09h30-10h30	09h30-10h30		08h30-09h30	09h00-10h00
CAF FABIENNE	CROSS TRAINING EMILIE	SPINNING PAOLA	BODY SCULPT EMILIE	BODY PUMP EMILIE		STRETCHING JOEL	PILATES PAOLA
10h15-11h15	10h15-11h15		10h30-11h00	10h30-11h00		09h30-10h30	10h00-11h00
BODY BALANCE FABIENNE	PILATES PAOLA		STRETCHING EMILIE	ABDOS EMILIE		CAF JOEL	EXTRA- DANZA JOEL
12h30-13h30	12h30-13h30			12h30-13h30		10h30-11h30	11h00-12h00
ZUMBA FABIENNE	HIIT STEP RENFO EMILIE			SPINNING EMILIE		ZUMBA	CAF JOEL
			12h30-13h15			11h30-12h30	12h00-13h00
			BODY PUMP EMILIE			BODY SCULPT	ATHLETIC FORCE JOEL
17h30-18h00	17h30-18h15					12h30-13h30	
CAF NATHALIE	BODY PUMP PAOLA					ATHLETIC JAZZ PATRICIA	
18h00-18h45	18h30-19h30		17h30-18h30	18h00-18h30		18h00-20h00	
BOOTY BARRE NATHALIE	BODY ATTACK EMILIE		EXTRAVADANZA JOEL	CAF EMILIE		IRON FIT FRED	
18h45-19h30	18h30-19h30		18h30-19h30	18h30-19h30			
PILATES NATHALIE	SPINNING PAOLA		ATHLETIC FORCE JOEL	SPINNING PAOLA	SPINNING EMILIE	BODY SCULPT JOEL	
19h30-20h30	19h30-20h00		19h30-20h30	19h30-20h15			
ATHLETIC JAZZ PATRICIA	ABDOS PAOLA		BODY PUMP JOEL	CROSS TRAINING EMILIE			
	19h30-20h00						
	HIIT BIKE EMILIE						