

PLANNING DES COURS COLLECTIFS COACHÉS

FITNESS PARK

SE DÉPASSER - SE SURPASSER

SAINT-CLOUD

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
						10h15-11h15
						BIKE
	12h15-13h15					11h15-12h15
	CAF					CROSS TRAINING
18h00-19h00		18h00-18h30				
BIKE		ABDOS FLASH				
18h00-20h00		18h30-19h30		18h30-19h30		
BIKE		CROSS TRAINING		CROSS TRAINING		
		19h30-20h30		19h30-20h30		
		BIKE		BIKE		

Présence coach plateau : Lundi (16h-17h), Mardi (10h-14h), Mercredi (14h-18h), Jeudi (14h-18h) et Vendredi (10h-14h)