

PLANNING DES COURS COLLECTIFS COACHÉS

FITNESS PARK

SE DÉPASSER - SE SURPASSER

RUEIL-MALMAISON

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI		
	12h00-12h45	12h00-12h45	12h30-13h30	12h30-13h30	10h00-11h00		
	HIIT AVEC LINDA	PILATES AVEC LINDA	BURNING PARK AVEC ALEX	BURNING PARK AVEC FLORIAN	HIIT AVEC JULIE	BOXE ANGLAISE AVEC MANU	
12h30-13h30	12h30-13h30	12h30-13h30			10h30-11h30		
BURNING PARK AVEC FLORIAN	BURNING PARK AVEC ALEX	BURNING PARK AVEC FLORIAN			BURNING PARK AVEC JANNIS		
	12h45-13h30	12h45-13h30			11h00-12h00		
	PILATES AVEC LINDA	HIIT AVEC LINDA			FULL ABDOS STRETCHING AVEC JULIE	BOXE ANGLAISE/MMA AVEC MANU	
					11h30-12h30		
					BURNING PARK AVEC JANNIS		
		18h30-19h30	18h30-19h30	18h30-19h30			
		BURNING PARK AVEC JANNIS	PILATES AVEC LINDA	BURNING PARK AVEC JANNIS	STEP AVEC JULIE	BODY BALANCE AVEC EMILIE	BURNING PARK AVEC ALEX
18h30-19h15	18h30-19h30	19h00-20h00	19h30-20h30	19h00-20h00			
HIIT AVEC JULIE	ZUMBA AVEC EMILIE	BURNING PARK AVEC ALEX	LADY BOXING AVEC BENOIT	BURNING PARK AVEC JANNIS	BODY SCULPT AVEC JULIE	LADY BOXING AVEC MANU	
19h00-20h00	19h15-20h00	19h30-20h30	19h30-20h30	20h30-21h30	19h30-20h30		
BOXE ANGLAISE AVEC BENOIT	STEP AVEC JULIE	PILATES AVEC EMILIE	BURNING PARK AVEC ALEX	STEP AVEC LINDA	FULL ABDOS STRETCHING AVEC JULIE	MMA AVEC MANU	ZUMBA AVEC EMILIE
20h00-20h45	20h30-21h30	20h00-21h00			20h00-21h00		
BODY SCULPT AVEC JULIE	BODY BARRE AVEC EMILIE	LADY CROSS BOXING AVEC BENOIT			BOXE ANGLAISE AVEC MANU		
20h00-21h00	20h45-21h30	20h30-21h30	21h00-22h00		20h30-21h30		
BOXE ANGLAISE AVEC BENOIT	STRETCHING AVEC JULIE	PILATES AVEC LINDA	GRAPPLING AVEC BENOIT		PILATES AVEC EMILIE		