

PLANNING COURS COLLECTIFS COACHÉS

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
		7H30	7H00		10H00
		PILATES	HYROX		PILATES
11H30	11H30	11H30		11H30	11H00
CAF	PILATES	BURN ARMS PUSH		FULL BODY	STEP NIV 2
12H30	12H30	12H30	12H30	12H30	11H30
HYROX	BURNING PARK	CONDITIONING	BURNING PARK	HYROX	BURNING PARK
17H30	17H30	17H45	17H30	18H00	
CONDITIONING	BURNING PARK	RENFO BARRE	BURNING PARK	CONDITIONING	
18H30	18H30	18H30	18H30	19H00	
BURNS LEGS	RENFO	FIT DANCE	BURNS LEGS	BURNING PARK	FITNESS PARK DE DÉPÂTES - DE DÉPÂTES ROUEN ST-MARC
19H30	19H30	19H15	19H30		
HYROX	BURNING PARK	STEP NIV 1	HYROX		
		20H00			
		BURNING PARK			