

# ***PLANNING COURS COLLECTIFS COACHÉS***

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
			8H00		
			<b><i>HYROX</i></b>		
12H30	12H30		12H30		
<b><i>HYROX</i></b>	<b><i>CROSS-TRAINING</i></b>		<b><i>CARDIO TRAINING</i></b>		
		19H30	19H30		
<b><i>CONDITIONING</i></b>		<b><i>FULL BODY</i></b>			