

PLANNING DES COURS COLLECTIFS 2026

FITNESS PARK
SE DÉPASSER - SE SURPASSER

PANTIN

LUNDI	MARDI		MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
09h30-10h30			09h30-10h30		09h45-10h30	09h30-10h30	
YOGA			YOGA		PILATES	CROSS TRAINING	
10h30-11h30	10h45-11h30		10h30-11h30	10h30-11h30	10h30-11h30	10h30-11h30	10h00-10h45
CAF	BODY SCULPT		CAF	BODY SCULPT	CAF	BIKING	BODY SCULPT
11h30-12h30	11h30-12h00	12h00-13h00	11h30-12h30	11h30-12h30	11h30-12h30	12h45-13h45	10h45-11h30
POWER BARRE	STRETCHING	HYROX	STRETCHING ET MOBILITÉ	STRETCHING	BIKING	YOGA	BIKING
12h30-13h30	13h00-14h00		12h30-13h30	12h30-13h30	12h30-13h30		11h30-12h15
CIRCUIT TRAINING	BIKING RENFO		HYROX	POWER BARRE	HIIT		STRETCHING
18h00-18h45	18h00-19h00				18h00-19h00		
SPRINT	CAF				CIRCUIT TRAINING		
18h45-19h30	19h00-20h00		18h30-19h30	18h30-19h30	19h00-20h00		
POWER BARRE	HIIT		CAF	RENFORCEMENT	RENFORCEMENT		
19h30-20h15	20h00-21h00		19h30-20h30	19h30-20h30	20h00-21h00		
ATHLETIC CARDIO	BIKING		BIKING	BIKING	BIKING		

RÉSERVATION OBLIGATOIRE sur  l'application FitnessPark.