

Activités Fitness

Semaine du 5 au 11 Mai

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
9h00 (45 min)		CAF <i>Marion</i>			
10H00 (45 min)	Initiation Boxe + Renfo Muscu <i>Dimitri</i>	Circuit Training <i>Marion</i>	Circuit Training <i>Benjamin</i>		
11H00 (45 min)	Abdos + Stretch <i>Dimitri</i>	100% Abdos - Stretch <i>Marion</i>	Stretching <i>Benjamin</i>		
12H15 (45 min)	Kick Boxing + Circuit Training <i>Dimitri</i>	Run & Fun <i>Marion</i>			
17H30 (45 min)	Body Sculpt <i>Fanny</i>	Biking <i>Benjamin</i>	CAF <i>Benjamin</i>		Biking <i>Benjamin</i>
18H30 (45 min)	Body Zen <i>Fanny</i>	CAF <i>Benjamin</i>	Body Sculpt <i>Benjamin</i>		Cross Training <i>Benjamin</i>
19H30 (45 min)		HIIT <i>Benjamin</i>	Cardio Boxing <i>Benjamin</i>		

Réservation au 04 72 48 05 32
ou par SMS au 06.14.91.08.72

