

Activités Fitness

Du 2 mars au 5 avril 2026

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
9h00 (45 min)		CAF Marion			
10H00 (45 min)	Step/ Renfo.muscul. Fanny	Circuit Training Marion	Circuit Training Benjamin	Fit Dance Fanny	Body Sculpt Benjamin
11H00 (45 min)	Abdos-Stretch Fanny	Stretching Marion	Stretching Benjamin	Pilates Fanny	Stretching Benjamin
12H00 (45 min)		Run & Fun Marion			
17H30 (45 min)	Body Sculpt Fanny	Biking Benjamin	Full Body Renfo Thibault	Circuit Training Émilien	Biking Benjamin
18H30 (45 min)	Body Zen Fanny	CAF Benjamin	Wod Challenge Thibault	HIIT Émilien	Cross Training Benjamin
19H30 (45 min)		HIIT Benjamin	Run & Lift Thibault	RAS (Renfo + Abdos + Stretch) Émilien	

Vous pouvez vous inscrire la dernière semaine du mois pour le mois suivant :

- À l'accueil
- Par téléphone au 04 72 48 05 32
- Par **SMS** (uniquement) au 06.14.91.08.72

