



Programme hebdomadaire de la salle de gymnastique à partir du 5 octobre 2021

	8h	9h45	09h	09h45	10h	10h45	11h	11h45	12h	12h45	13h	13h45	14h	14h45	15h	15h45	16h	16h45	17h	17h45	18h	18h45	19h	19h45	20h	20h45
Lundi	ENTRETIEN																									
	FEMMES												FEMMES													
																										SPINNING
F1												F2														
Mardi	HOMMES																									
	HOMMES												HOMMES													
																										STEP FONCTIONNAIRE
H1												H6														
Mercredi	HOMMES																									
	HOMMES												HOMMES													
																										STEP AEROBIC
F1												F7														
Jeudi	HOMMES																									
	HOMMES												HOMMES													
																										BODY ATTAK
H1												H6														
Vendredi	FEMMES																									
	FEMMES												FEMMES													
																										REINFORCEMENT
F1												F9														
Samedi	MIXTE																									
	HOMMES												MIXTE													
																										SPINNING
H1												YOGA														
Dimanche	MIXTE																									
	HOMMES												MIXTE													
																										SPINNING
H1												YOGA														

