

PLANNING AMENAGE DU 27/12 AU 5/01/2025

Vendredi 27/12/24	Samedi 28/12/24	Dimanche 29/12/24	Lundi 30/01/24	Jeudi 2/01/25	Vendredi 3/01/25	Samedi 4/01/25	Dimanche 5/01/25
HORAIRE OUVERTURE et ACCES SALLE MUSCULATION et CARDIO							
17 h 30 à 21h 00	9 h 30 à 12 h 30	10 h 00 à 12 h 30	17 h 30 à 21h 00	17 h 30 à 21h 00	17 h 30 à 21h 00	9 h 30 à 12 h 30	10 h 00 à 12 h 30
COURS COLLECTIFS AVEC CORINE							
18 h 00 CARDIO Suivi de stretch/Yoga/pilates	10 H 00 ABDO/STRECH T	10 H 30 à 11 h 30 TOTAL BALANCE YOGA/PILATES	18 H 00 RENFO	18 H 30 RENFO	18 h 00 CARDIO Suivi de stretch/Yoga/Pilates	10 H 00 ABDO/STRECHT	10 H 30 à 11 h 30 TOTAL BALANCE YOGA/PILATES
	11 H 00 RENFO		19 H 00 STEP	19 H 30 FAC TABATA		11 H 00 RENFO	

Et le 2 janvier 2025, petit moment après le cours pour fêter la nouvelle année !!!!

Reprise normale le lundi 6 janvier 2025

