

MERCREDI 22/05	JEUDI 23/05	VENDREDI 24/05	SAMEDI 25/05	DIMANCHE 26/05	LUNDI 27/05	MARDI 28/05
07:30:00 60 min SPINNING ROMAIN DAVID	07:30:00 60 min LES MILLS BODYPUMP	07:30:00 60 min CROSS TRAINING JEREMY ALLEAUME	09:30:00 60 min CUISSES ABDOS FESSIERS MATTHIEU POUSTIS	09:30:00 60 min LES MILLS BODYPUMP MICHAEL SAMUELIAN	07:30:00 60 min LES MILLS RPM JEREMY ALLEAUME	09:15:00 60 min LES MILLS BODYPUMP JEREMY ALLEAUME
08:15:00 60 min PILATES ELODIE BOURGEOIS	08:30:00 60 min ABDOS STRETCHING	08:30:00 60 min BODYSULPT JOEL JOUANNY	10:30:00 60 min BODYATTACK CXWORX MATTHIEU POUSTIS	10:30:00 30 min LES MILLS CXWORX MICHAEL SAMUELIAN	09:15:00 60 min CUISSES ABDOS FESSIERS JEREMY ALLEAUME	10:15:00 60 min  FETHI GRABSI
09:15:00 60 min BODYSULPT ELODIE BOURGEOIS	09:30:00 60 min PILATES	09:30:00 60 min EXTRA VADANZA JOEL JOUANNY	11:30:00 60 min SPINNING MATTHIEU POUSTIS	11:00:00 60 min LES MILLS RPM MICHAEL SAMUELIAN	10:15:00 60 min STRETCHING JEREMY ALLEAUME	12:15:00 45 min LES MILLS BODYPUMP JEAN-PIERRE CYPRIEN
10:15:00 90 min YOGA ELODIE BOURGEOIS	12:15:00 45 min CUISSES ABDOS FESSIERS	09:30:00 60 min LES MILLS RPM JEREMY ALLEAUME	15:30:00 120 min YOGA MARTINE DULBECCO	12:00:00 60 min LES MILLS BODYBALANCE MICHAEL SAMUELIAN	12:15:00 45 min LES MILLS BODYCOMBAT JEREMY ALLEAUME	12:15:00 45 min LES MILLS RPM JEREMY ALLEAUME
12:15:00 45 min LES MILLS BODYJAM LAETITIA DURAND	12:15:00 45 min LES MILLS RPM ROMAIN DAVID	10:30:00 60 min LES MILLS BODYPUMP JEREMY ALLEAUME			12:15:00 45 min LES MILLS RPM LAETITIA BUZY	13:00:00 45 min CXWORX STRETCHING JEAN-PIERRE CYPRIEN
12:15:00 60 min CROSS TRAINING ROMAIN DAVID	13:00:00 45 min LES MILLS BODYPUMP JEREMY ALLEAUME	12:15:00 45 min LES MILLS BODYATTACK ROMAIN DAVID			12:30:00 60 min ORIENTATION ROMAIN DAVID	16:30:00 60 min YOGA FANNY SIMON

MERCREDI 22/05	JEUDI 23/05	VENDREDI 24/05	SAMEDI 25/05	DIMANCHE 26/05	LUNDI 27/05	MARDI 28/05
12:15:00 45 min SPINNING	17:30:00 60 min CROSS TRAINING ROMAIN DAVID	12:15:00 45 min LES MILLS RPM JEREMY ALLEAUME			13:00:00 45 min LES MILLS BODYBALANCE LAETITIA BUZY	17:30:00 60 min CUISSES ABDOS FESSIERS STRETCHING FANNY SIMON
13:00:00 45 min PILATES LAETITIA DURAND	18:30:00 60 min CROSS TRAINING ROMAIN DAVID	13:00:00 45 min STRETCHING JEREMY ALLEAUME			13:00:00 30 min LES MILLS RPM JEREMY ALLEAUME	18:30:00 60 min AERODANCE FANNY SIMON
16:30:00 60 min BODYSULPT	18:30:00 60 min LES MILLS RPM JEREMY ALLEAUME	17:30:00 60 min CUISSES ABDOS FESSIERS LAETITIA DURAND			15:30:00 60 min YOGA ELODIE BOURGEOIS	18:30:00 60 min SPINNING LAETITIA BUZY
17:30:00 60 min LES MILLS BODYJAM FABIEN LESCH	19:30:00 60 min ORIENTATION JEREMY ALLEAUME	18:30:00 60 min LES MILLS BODYJAM LAETITIA DURAND			16:30:00 60 min PILATES ELODIE BOURGEOIS	18:30:00 60 min ORIENTATION LAETITIA BUZY
17:30:00 60 min ORIENTATION LAETITIA BUZY	19:30:00 60 min STRETCHING	18:30:00 60 min LES MILLS RPM JEAN-PIERRE CYPRIEN			17:30:00 60 min CROSS TRAINING LAETITIA BUZY	19:30:00 60 min LES MILLS BODYCOMBAT PATRICIA DEL MONACO
18:30:00 60 min LES MILLS BODYPUMP ROMAIN DAVID		19:30:00 60 min STEP 1 JEREMY ALLEAUME			18:30:00 60 min BODY PUMP CXWORX ROMAIN DAVID	19:45:00 30 min FIITEAM LAETITIA BUZY

MERCREDI 22/05	JEUDI 23/05	VENDREDI 24/05	SAMEDI 25/05	DIMANCHE 26/05	LUNDI 27/05	MARDI 28/05
18:30:00 60 min SPINNING FABIEN LESCH					18:30:00 60 min LES MILLS RPM LAETITIA BUZY	
19:30:00 60 min LES MILLS BODYBALANCE FABIEN LESCH					18:30:00 60 min SPINNING ROMAIN DAVID	
19:30:00 60 min SPINNING ROMAIN DAVID					19:30:00 90 min ATHLETIC JAZZ PATRICIA DEL MONACO	

Le planning peut être changé à tout moment sans préavis (cours et professeurs). Tout changement sera signalé à l'accueil du club.