

| JEUDI 03/12 | VENDREDI 04/12 | SAMEDI 05/12 | DIMANCHE 06/12 | LUNDI 07/12 | MARDI 08/12 | MERCREDI 09/12 |
|---|--|-----------------|-------------------|--|--|--|
| 09:30:00 45 min BODYSculPT NATHALIE PROST | 09:30:00 45 min LES MILLS RPM NATHALIE PROST | | | 09:30:00 45 min CUISSES ABDOS FESSIERS NATHALIE PROST | 09:30:00 30 min LES MILLS CXWORX AUTRES AUTRES | 17:30:00 45 min LES MILLS BODYPUMP NATHALIE PROST |
| 10:15:00 45 min CARDIO SCULPT AUTRES AUTRES | 10:15:00 45 min LES MILLS BODYPUMP NATHALIE PROST | | | 10:15:00 45 min BODYSculPT NATHALIE PROST | 10:00:00 45 min LES MILLS BODYPUMP NATHALIE PROST | 18:15:00 60 min CARDIO SCULPT AUTRES AUTRES |
| 11:00:00 30 min STRETCHING NATHALIE PROST | 12:30:00 45 min CARDIO SCULPT AUTRES AUTRES | | | 11:00:00 30 min STRETCHING NATHALIE PROST | 10:45:00 45 min LES MILLS RPM NATHALIE PROST | 19:15:00 45 min LES MILLS RPM NATHALIE PROST |
| 12:45:00 45 min LES MILLS RPM NATHALIE PROST | 13:15:00 30 min STRETCHING NATHALIE PROST | | | 12:30:00 45 min CROSS TRAINING NATHALIE PROST | 12:30:00 60 min CROSS TRAINING NATHALIE PROST | |
| 17:30:00 30 min LES MILLS CXWORX AUTRES AUTRES | | | | 13:15:00 30 min ABDOS FESSIERS NATHALIE PROST | | |
| | | | | 17:30:00 60 min LES MILLS BODYPUMP NATHALIE PROST | | |

| JEUDI 03/12 | VENDREDI 04/12 | SAMEDI 05/12 | DIMANCHE 06/12 | LUNDI 07/12 | MARDI 08/12 | MERCREDI 09/12 |
|----------------|-------------------|-----------------|-------------------|--|----------------|-------------------|
| | | | | <p>18:30:00 60 min</p> <p>LES MILLS RPM</p> <p>NATHALIE PROST</p> | | |

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