

2 SALLES FITNESS (2.002 & 2.003)

2 SALLES FITNESS (2.002 & 2.003)									
Lundi		Mardi		Mercredi		Jeudi		Vendredi	
F1	F2	F1	F2	F1	F2	F1	F2	F1	F2
11h30									
11h45	Body pump/combat 0h45 (MS-Max)	Boxe française 1h00 (Bruno)	CAF 0h45 (MS-Jérôme)				Renfo muscu 0h45 (Paula)	RPM ou Biking 0h45 (MS-Jo)	
11h45									
12h00				Lindy Hop 1h00 (Phil Mencia)	Yoga 1h00 (Karin)				Yoga 1h00 (Armelle)
12h00	Boxe française 1h30 (Bruno)		Swiss Ball 0h45 (MS-Régis)					Boxe française 1h30 (Bruno)	
12h15									
12h30				Divers Swing 1h00 (Phil Mencia)	Yoga 1h00 (Karin)				Yoga 1h00 (Armelle)
12h30	Renfo muscu 0h45 (Paula)								
12h45									
12h45									
12h45									
13h00									
13h00		Krav-Maga 1h00 (Patrick)							
13h15									
13h15									
13h30									
13h30									
13h45	CRENEAU LIBRE	réservé COS/TIOR	réservé COS/TIOR			CRENEAU LIBRE	réservé COS/TIOR	réservé COS/TIOR	
13h45									
14h00		Tech Int Ops Rap	Tech Int Ops Rap				Tech Int Ops Rap	Tech Int Ops Rap	
14h00									
14h00									
14h30									
16h30									
17h00									
17h00	CRENEAU LIBRE	CRENEAU LIBRE	CRENEAU LIBRE	CRENEAU LIBRE	CRENEAU LIBRE	CRENEAU LIBRE	CRENEAU LIBRE	CRENEAU LIBRE	
17h30									
17h30									
17h45									
17h45									
17h45				Renfo muscu 1h00 (Dominique)					
18h30									
18h30									
18h45									
19h00									
19h30									
19h30									
20h00									

CRENEAUX LIBRES : [Demande préalable à chaque fois imposée.](#)

Fitness

Salle 2.002 Mardi 8h00-8h45 ; Jeudi 8h00-8h45 (Béa)