

PROGRAMMATION HEBDOMADAIRE FITNESS				SALLE
LUNDI	11H30/12H15	RENFO HAUT DU CORPS /BODY PUMP	MONIT DE SPORT	SALLE POLYVALENTE
	12H15/13H00	RENFO MUSCULAIRE	PAULA	
MARDI	08H00/09H00	RENFO MUSCULAIRE	BEA	F2
	11H30/12H15	CAF	MONIT DE SPORT	F2
	12H15/13H00	SWISS BALL	MONIT DE SPORT	
MERCREDI	11H30/12H30	PILATE	LAURENCE	SALLE POLYVALENTE
	12H30/13H30	STRETCHING POSTURAL		
	11H30/12H15	CROSS FIT	MONIT DE SPORT	SALLE CROSS FIT
	12H15/13H00			
	17H45/18H45	RENFO MUSCULAIRE	DOMINIQUE	F2
JEUDI	11H30/12H15	RPM /BIKING	MONIT DE SPORT	F1
	11H30/12H15	RENFO MUSCULAIRE	PAULA	F2
VENDREDI	12H00/12H45	CARDIO-RENFO	BEA	SALLE POLYVALENTE
	12H45/13H30	STEP	BEA	