







MARS 2024

Planning FITNESS

Salle ST ROCH

Séances	LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI	
Matin	26		27		28		29		1	
Midi										
Soir									ABDOS / STRETCH	
Matin	4		5		6		7		8	
Midi										
Soir										
Matin	11		12		13		14		15	
Midi										
Soir			BODY GYM				STADE		ELASTO FESSES	
Matin	18		19		20		21		22	
Midi										
Soir			GYM BÂTON				RENFO DUO		STRETCH	
Matin	25		26		27		28		29	
Midi										
Soir			TAF				STADE		BED	



Infos du Mois :



RANDO :

**TOUR DU
CAP FERRAT**

Samedi 23 mars 2024



bon mois
de Mars

Mardi 19h15 à 20h00 - Jeudi 19h15 à 20h00 - Vendredi 19h15 à 20h00