

Session	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
18h30 19h00	30 STEP'DANCE	31	1	2	3
19h00 19h30	BED				
19h30 20h00	STRETCH				
18h30 19h00	6 GYM BÂTON	7	8	9	10
19h00 19h30	ELASTO GYM				
19h30 20h00	GYM DOUCE				
18h30 19h00	13 BODY GYM	14	15	16	17
19h00 19h30	BODY GYM				
19h30 20h00	STRETCH				
18h30 19h00	20 TOTAL GYM	21	22	23	24
19h00 19h30	TOTAL GAINAGE				
19h30 20h00	GYM DOUCE				
18h30 19h00	27 TABATA	28	29	30	1
19h00 19h30	TABATA				
19h30 20h00	STRETCH				



Infos du Mois :



MARATHON GALLIENI
+ Soirée Beaujolais
le jeudi 16 novembre
de 18h00 à 19h00



FITNESS PLAGE
La Figlière
le samedi 25 novembre
de 10h00 à 12h00

