








AVRIL 2024 Planning FITNESS

Salle GALLIENI

Science	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Matin	1	2 <u>MAMAN / BEBE</u> TAILLE ABDOS	3 GYM BIEN ÊTRE	4 ELASTO FESSES	5 
Midi	FERIE				
Soir		SCULPT & STEP		GYM BALL	
Matin	8 MATIN EN FORME	9 <u>MAMAN / BEBE</u> RENFO DUO	10 GYM BIEN ÊTRE	11 STRETCH	12
Midi	GYM BALL				
Soir		GYM DOUCE		MARATHON ST ROCH	
Matin	15 MATIN EN FORME	16 <u>MAMAN / BEBE</u> GYM BALL	17 MUSIQUE ZEN	18 SCULPT & STRETCH	19 
Midi	TOTAL GYM				
Soir		TABATA		STRETCH	
Matin	22 MATIN EN FORME	23 <u>MAMAN / BEBE</u> SCULPT & STEP	24 GYM BIEN ÊTRE	25 GYM DOUCE	26
Midi	ELASTO GYM				
Soir		TAF		BED	
Matin	29 	30 	1 	2 	3 
Midi					
Soir					



Infos du Mois :



**REPET DEMO
A CASTAGNIERS**

le samedi
06 avril 2024
de 18h00 à 20h00



MARATHON ST ROCH
Le jeudi 11 avril 2024
de 18h00 à 20h00



Lundi 10h30 à 11h30 et 12h30 à 13h30 - Mardi 09h30 à 11h30 et 18h00 à 19h00 - Mercredi 10h45 à 11h45 - Jeudi 10h30 à 11h30 et 18h00 à 19h00