







MAI 2024 Planning FITNESS

Salle GALLIENI

Séance	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI			
Matin	29	30	1	2	3			
Midi			FERIE					
Soir								
Matin	6	MATIN EN FORME	7	GYM BÂTON	8	9	10	
Midi		TAF		FERIE	FERIE			
Soir			CIRCUIT TRAINING					
Matin	13	MATIN EN FORME	14	ELASTO GYM	15	GYM BIEN ETRE	16	17
Midi		GYM BÂTON						
Soir			RENFO DUO			TOTAL GYM		
Matin	20		21	TAF	22	GYM BIEN ETRE	23	24
Midi		FERIE					BED	
Soir			GYM BÂTON				GYM BALL	
Matin	27	MATIN EN FORME	28	SCULPT & STRETCH	29	MUSIQUE ZEN	30	31
Midi		TOTAL GYM						
Soir			STRETCH				MARATHON ST ROCH	

Infos du Mois :



FITNESS PLAGE
La Figlière

Samedi 25 mai 2024
10h00 à 12h00



REPET DEMO
CASTAGNIERS
Vendredi 31 mai 2024
de 19h00 à 20h00

Je porte Bonheur



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