

Seance	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
18h30 19h00	2 STEP N' DANCE	3 	4 TOTAL GYM	5 	6 
19h00 19h30	SCULPT & STEP		RENFO DUO		
19h30 20h00	GYM DOUCE		STRETCH		
18h30 19h00	9 BODY GYM	10	11 TAILLE ABDOS	12	13 
19h00 19h30	BODY GYM		CUISSES FESSIERS		
19h30 20h00	STRETCH		GYM DOUCE		
18h30 19h00	16 GYM BÂTON	17 	18 TABATA	19 	20 
19h00 19h30	RENFO SLIDE		TABATA		
19h30 20h00	GYM DOUCE		MUSIQUE ZEN		
18h30 19h00	23	24	25 	26	27 
19h00 19h30	JOYEUX NOEL				
19h30 20h00					
18h30 19h00	30	31	1	2 	3 
19h00 19h30					
19h30 20h00					



Infos du Mois :



FITNESS PLAGE
le 14 décembre 2024
de 10h00 à 12h00

