

JANVIER 2025

Planning FITNESS

Salle ST ROCH

Séance	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Matin	30	31	1	2	3
Midi					
Soir					
Matin	6	7	8	9	10
Midi					
Soir		GYM BÂTON		STADE	DOS ABDOS
Matin	13	14	15	16	17
Midi					
Soir		TOTAL GYM LIA		MARATHON ST ROCH 2H	MUSIQUE ZEN
Matin	20	21	22	23	24
Midi					
Soir		BODY GYM		STADE	ELASTO FESSES
Matin	27	28	29	30	31
Midi					
Soir		TABATA		GYM BALL	STRETCH

Bonne Année



Infos du Mois :

MARATHON ST ROCH 2h
jeudi 16 janvier 2025



RANDO MARCHÉ SPORTIVE
Samedi 25 janvier 2025
Lieu à définir



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

