



Planning saison 2021-2022

LUNDI

18h30 - 19h : FIT-4D Encadré
19h - 19h45 : FIT-4D libre
19h - 19h30 : ABDO EXPRESS
19h30 - 20h15 : CARDIO BOXING

MARDI

17h30 - 18h15 : JUDO 1
18h15 - 19h15 : JUDO 2
19h30 - 20h15 : FIT-STEP/LIA
20h15 - 21h : CROSS TRAINING

MERCREDI

10h - 10h45 : DANCE FOR KIDS
11h - 12h : DANCE FOR KIDS
16h45 - 17h45 : FITNESS ADOS
18h - 19h30 : FIT-4D libre
18h - 18h45 : RENFO:CARDIO
18h45 - 19h45 : FIT-POSTURAL

JEUDI

17h30 - 18h15 : JUDO 1
18h15 - 19h15 : JUDO 2
19h30 - 20h15 : CROSS TRAINING
20h15 - 21h : FIT-SCULPT

VENDREDI

17h30 - 20h : FIT-4D libre
17h30 - 18h30 : KRAV MAGA ADOS
18h30 - 20h : KRAV MAGA ADULTES

Salle prépa

Grande salle

dojo