

La direction se réserve le droit de modifier le planning des activités pour des raisons de service

	<b>Lundi</b> 8h-22h	<b>Mardi</b> 5h-22h	<b>Mercredi</b> 8h00-13h30 / 17h30-22h	<b>Jeudi</b> 5h-22h	<b>Vendredi</b> 5h-22h	<b>Samedi</b> 7h-18h
9:00	<b>Cross Training 60'</b> Attention cours annulé le Lundi 5 et le 19 août 2019	9:00 Biking 45' S3	9:00 <b>Body Pump 45' S2</b>	9:00 Gym Stretch 45 S2	8:45 Biking 60' S3	9h15 Biking 60' S3
9:15	Gymnastique 45' S2	9:45 Gymnastique 45' S2	9:45 Abdos Fessier 30' S1	9:45 Biking 45' S3	9:45 Abdos Fessiers 30' S2	10h15 Gym / Stretch 75' S2
		10:30 Stretching 30' S2	10:15 Pilates / B Balance 45 S2'		10:15 Body Balance 60' S2	
12:30	Gymnastique 45' S1	12:30 <b>Body Pump 60' S2</b> Dernier cours le 30 juillet 2019 reprise du cours le mardi 19 Août	Attention horaires d'ouverture du CLUB le mercredi coté Gymnase de 8h00 à 13h30 et de 17h30 à 22h00	12:30 Caf 45 S2 Cours annulé le 08/08/19		
14:15	Stretching 45' S2				14:00 Pilates / B Balance / STRETCH S2	
18:00	Abdos Fessiers 30' S2	18:00 Body Balance / Pilates 45' S1	18:30 Gymnastique 45' S2	18:15 Gymnastique 45 S2	18:45 G.E.R.E / Gymnastique 60' S2	<b>Dimanche 7h-18h</b>
18:30	Body Balance / pilates 45' S2	18:30 <b>G.E.R.E 60' S2</b> Cours maintenu jusqu'au 30 juillet inclus		19:00 <b>Cross Training 60</b>		
19:15	Biking 45' S3	18:45 Biking 45' S3			9:30 Gymnastique 60' S2	
		19:30 <b>Body Pump 45' S2</b>				10:30 Stretching 30' S2

Fermeture technique du club du Lundi 12 Août au Dimanche 18 Août inclus