

ESPACE FORME - 2024

Planning du 28 octobre au 3 novembre

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
8H30-19H30	8H30-19H30	8H30-19H30	8H30-19H30	9H30-12H45	9H30-12H30 14H30-18H00	9H30-12H30 14H30-18H00
10H PILATES	10H GYM POSTURALE	10H TOTAL BODY	10H CIRCUIT TRAINING			
12H15 TOTAL BODY	12H15 STEP	12H15 CAF	12H15 CYCLING			
18H30 TOTAL BODY	18H30 CAF	18H30 LIA	18H30 STEP			