

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
STUDIO 21	JONATHAN STUDIO 21 10:00 - 11:00 CAF 11:00 - 12:00 STRETCHING			JONATHAN POPD 9:30 - 10:00 H.I.I.T CARDIO 10:00 - 11:00 GLOBAL FIT 11:00 - 12:00 STRETCHING		
	JONATHAN POPD 12:20 - 13:20 H.I.I.T					
JONATHAN POPD 12:20 - 13:20 GLOBAL FIT			JONATHAN CSC 13:45 - 15:15 MARCHE NORDIQUE	JONATHAN POPD 12:20 - 13:20 ZUMBA		
JONATHAN ALDI 13:45 - 15:15 MARCHE NORDIQUE						SEMAINES DE FERMETURE Du 26.10 au 01.11 Du 19.12 au 04.01 Du 8 au 14.02 Du 5 au 11.04



- RENFORCEMENT MUSCULAIRE
- BIEN-ÊTRE
- CARDIO
- DANSE

