LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
STUDIO 21 JONATHAN 12:20 - 13:20 GLOBAL FIT	STUDIO 21 JONATHAN 10:00 - 11:00 CAF 11:00 - 12:00 STRETCHING		CSC JONATHAN 14:30 - 16:00 MARCHE NORDIQUE	POPD JONATHAN 9:30 - 10:00 H.I.I.T CARDIO 10:00 - 11:00 GLOBAL FIT 11:00 - 12:00 STRETCHING		
ALDI JONATHAN 13:45 - 15:15 MARCHE NORDIQUE	POPD JONATHAN 12:20 - 13:20 H.I.I.T			POPD JONATHAN 12:20 - 13:20 ZUMBA		

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

HEALTHY & MOVE©
MOBILITE | ENDURANCE | FORCE

RENFORCEMENT MUSCULAIRE BIEN-ÊTRE CARDIO DANSE

SAISON 2026-2027

Healthy & Move healthyandmove healthy.move78@gmail.com

STUDIO 21 - 21, boulevard Littré - 78600 Le Mesnil-Le-Roi I CSC - 99, rue de la Muette - 78600 Maisons-Laffitte I POPD - rue de la Digue - 78600 Maisons-Laffitte