LUNDI

SALLE YOGA & PILATES	SALLE BOXING	SALLE CROSSFIT	SALLE CYCLING	EXTÉRIEUR
7:15-8:15 WOD CONDITIONNING		ALLEGEMENT DU PLANNING CROSSFIT DU 30 JUILLET AU 13 AOUT 2018 PLUS D'INFORMA-TIONS AU DESK DU CLUB.		
12:20-13:20 VINYASA YOGA	12:00-13:00 BOXE THAÏ; 13:00-14:00 BOXE FRANÇAISE		12:30-13:15 RPM	12:30-13:30 WOD EXTÉRIEUR
18:30-19:30 WOD CONDITIONNING; 19:45-20:45 YIN YOGA	18:00-19:00 KICK BOXING SANS OPPOSITION; 19:00-20:00 BOXE ANGLAISE		19:00-19:45 RPM	19:30-20:30 WOD EXTÉRIEUR

MARDI

SALLE YOGA & PILATES	SALLE BOXING	SALLE CROSSFIT	SALLE CYCLING	EXTÉRIEUR
7:15-8:15 WOD CONDITIONNING	7:30-8:30 BOXE ANGLAISE	ALLEGEMENT DU PLANNING CROSSFIT DU 30 JUILLET AU 13 AOUT 2018 PLUS D'INFORMA-TIONS AU DESK DU CLUB.	7:15-8:00 FREE RIDE	
12:30-13:30 HATHA YOGA	11:50-12:50 BOXE ANGLAISE SANS OPPOSITION; 12:50-13:50 BOXE ANGLAISE		12:30-13:15 FREE RIDE	12:30-13:30 WOD EXTÉRIEUR
18:30-19:30 YOGA FLOW; 19:30-20:30 PILATES	18:15-19:15 BOXE FRANÇAISE; 19:15-20:15 BOXE THAÏ; 20:15-21:15 BOXE FRANÇAISE		19:15-20:00 RPM	18:30-19:30 WOD EXTÉRIEUR; 19:30-20:30 WOD EXTÉRIEUR

MERCREDI

SALLE YOGA & PILATES	SALLE BOXING	SALLE CROSSFIT	SALLE CYCLING	EXTÉRIEUR
7:30-8:30 HATHA YOGA		ALLEGEMENT DU PLANNING CROSSFIT DU 30 JUILLET AU 13 AOUT 2018 PLUS D'INFORMA-TIONS AU DESK DU CLUB.	7:15 - 8:00 FREE RIDE	
12:20-13:20 PILATES	11:50-12:50 BOXE THAÏ; 12:50-13:50 BOXE ANGLAISE SANS OPPOSITION		12:45-13:30 FREE RIDE	12:30-13:30 WOD EXTÉRIEUR
18:00-19:00 PILATES FUSION; 19:00-20:00 EXTREME HIT YOGA; 20:00-21:00 YOGA FLOW	18:15-19:15 BOXE THAÏ SANS OPPOSITION; 19:15-20:15 BOXE FRANÇAISE SANS OPPOSITION; 20:15-21:15 BOXE ANGLAISE		19:00-19:45 RPM	18:30-19:30 WOD EXTÉRIEUR; 19:30-20:30 WOD EXTÉRIEUR

JEUDI

SALLE YOGA & PILATES	SALLE BOXING	SALLE CROSSFIT	SALLE CYCLING	EXTÉRIEUR
7:15-8:15 WOD CONDITIONNING	7:30-8:30 BOXE ANGLAISE	ALLEGEMENT DU PLANNING CROSSFIT DU 30 JUILLET AU 13 AOUT 2018 PLUS D'INFORMA-TIONS AU DESK DU CLUB.		
12:30-13:30 PILATES	11:50-12:50 BOXE ANGLAISE FRANCK PETITJEAN; 12:50-13:50 BOXE ANGLAISE FRANCK PETITJEAN		12:30-13:15 RPM	
18:00-19:00 BARRE AU SOL; 19:00-20:00 FUNCTIONAL TRAINING; 20:20-21:20 PILATES	18:00-19:00 BOXE FRANÇAISE; 19:00-20:00 BOXE ANGLAISE SANS OPPOSITION; 20:00-21:00 BOXE FRANÇAISE		18:45-19:45 CYCLE EXPERT	

VENDREDI

SALLE YOGA & PILATES	SALLE BOXING	SALLE CROSSFIT	SALLE CYCLING	EXTÉRIEUR
7:30-8:30 VINYASA YOGA		ALLEGEMENT DU PLANNING CROSSFIT DU 30 JUILLET AU 13 AOUT 2018 PLUS D'INFORMA-TIONS AU DESK DU CLUB.	7:15-8:00 FREE RIDE	
12:30-13:30 PILATES FUSION	12:00-13:00 BOXE FRANÇAISE SANS OPPOSITION; 13:00-14:00 BOXE FRANÇAISE		12:30-13:15 FREE RIDE	12:30-13:30 WOD EXTÉRIEUR
18:00-19:00 WOD CONDITIONNING; 19:00-20:00 YOGA FLOW	18:30-19:30 BOXE ANGLAISE SANS OPPOSITION; 19:30-20:30 BOXE THAÏ		18:00-18:45 FREE RIDE	19:00-20:00 WOD EXTÉRIEUR

SAMEDI

SALLE YOGA & PILATES	SALLE BOXING	SALLE CROSSFIT	SALLE CYCLING
OUVERTURE 9.00			
9:00-10:00 WOD CONDITIONNING; 10:00-11:00 WOD CONDITIONNING; 11:00-12:00 YOGA FLOW	11:15-12:15 BOXE ANGLAISE	ALLEGEMENT DU PLANNING CROSSFIT DU 30 JUILLET AU 13 AOUT 2018 PLUS D'INFORMA-TIONS AU DESK DU CLUB.	11:30-12:30 CYCLE EXPERT
12:15-13:30 PILATES	12:15-13:15 BOXE FRANÇAISE SANS OPPOSITION		
17:00-18:00 YOGA FLOW			
FERMETURE 20.00			

DIMANCHE

SALLE YOGA & PILATES	SALLE BOXING	SALLE CROSSFIT	SALLE CYCLING
OUVERTURE 9.00			
11:30-12:30 VINYASA YOGA	10:00-11:00 BOXE ANGLAISE; 11:00-12:00 BOXE ANGLAISE SANS OPPOSITION; 12:00-13:00 BOXE FRANÇAISE	ALLEGEMENT DU PLANNING CROSSFIT DU 30 JUILLET AU 13 AOUT 2018 PLUS D'INFORMA-TIONS AU DESK DU CLUB.	10:30-11:15 RPM
FERMETURE 13.30			