

Planning 2019

	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi
09H	09H00 CULTURE PHYSIQUE	09H00 CULTURE PHYSIQUE	09H00 CULTURE PHYSIQUE	09H00 CULTURE PHYSIQUE	09H00 CULTURE PHYSIQUE	09H00 CULTURE PHYSIQUE
10H	10h00 GYM DOUCE	10H00 CULTURE PHYSIQUE	10h00 GYM DOUCE	10H00 STRETCHING	10h00 GYM DOUCE	10h00 GYM DOUCE
11H	11h00 GYM POSTURALE	11H00 GYM DOUCE	11h00 YOGA	11h00 SPECIAL DOS	11h00 QI GONG	11h00 CULTURE PHYSIQUE
12H			12h30		12h00 QI GONG	12h00 PILATES
12h30	12h30 CULTURE PHYSIQUE	12h30 CUISSSES ABDO FESSIERS		12h30 CULTURE PHYSIQUE		
13H					13h00 BODY TONIC	13h00 ZUMBA
14H						
15H						
16H						
17H						
18H						
19H	19h00 CULTURE PHYSIQUE	19h00 GYM DOUCE	19h00 CULTURE PHYSIQUE	19h00 CULTURE PHYSIQUE	19h00 CULTURE PHYSIQUE	
20H	20h00 STRETCHING	20h00 PILATES	20h00 STRETCHING	20h00 ZUMBA	20h00 PILATES	
20h45	20h45 YOGA					
21H						
22H						