



PLANNING FITNESS

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
18h	18h30 Cardio-boxing		18h30 Pilates		18h30 Body Sculpt
19h	19h30 Pilates	19h Danssy Peps	19h30 Cardio-boxing		19h30 Gym Zen
20h					

PLANNING SPORTS DE COMBATS

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
9H						9H30-11h00 Krav Juniors et cadets
10H						
11H						11h-12h00 Krav Kids
12H						
17H			17h-18h30 Krav Juniors			
18H	18h30-20h Krav Adultes Confirmés	18h30-20h Krav Cadets	18h30-20h Krav Adultes Confirmés			
19H						
20H	20h-21h30 Krav Adultes Débutants	20h MMA	20h-21h30 Krav Adultes Débutants	19h MMA	20h-21h30 Krav United for Women	

PLANNING OMNISPORTS

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
9H00						
10H00						
11H00						
12H00						
13H00						
14H00						Présence coach
15H00			Présence coach			Présence coach
16H00			Présence coach		Présence coach	
17H00	Présence coach			Présence coach	Présence coach	
18H00	Présence coach	Présence coach		Présence coach		
19H00		Présence coach				
20H00						
21H00						

Pôle omnisports musculation+escalade+cross-fitness+coaching personnalisé (sur rendez-vous) en accès illimité de 9h à 21h du lundi au vendredi et le samedi de 9h à 20h.