



PLANNING DU CENTRE

0262 01 01 16

LES PROCHAINES SEMAINES PEUVENT ÊTRE ASSUJETIES À MODIFICATION

HORAIRE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
08H00	CROSS	CAF	CROSS	PILATES	CROSS	CROSS
08H45	PILATES	CROSS	HIIT FIT	CROSS	CAF	MOBILITÉ
09H30	CAF	SWISSBALL	MOBILITÉ	SWISSBALL	PILATES	

10H15

16H30	HIIT FIT	TRX CROSS	GYM TAO	CARDIO CROSS	CAF	CROSS	PILATES	KB CROSS	CAF	MOBILITÉ
17H15	PILATES	CROSS	HIIT FIT	MOBILITÉ	GYM TAO	CARDIO CROSS	CAF	TRX CROSS	GYM TAO	CROSS
18H00	CAF	CARDIO CROSS	SWISS BALL	CROSS	HIIT FIT	MOBILITÉ	PILATES	CARDIO CROSS	CIRCUIT FIT	TRX CROSS
18H45	PILATES	CROSS	CAF	KB CROSS	STRETCHING RELAXATION	TRX CROSS	HIIT FIT	CROSS	STRETCHING RELAXATION	CARDIO CROSS

19H30