

Planning des activités fitness

du lundi 18 septembre 2017 au vendredi 20 octobre 2017
du lundi 6 novembre au vendredi 22 décembre 2017

| Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi | Samedi |
|-----------------------------------|---------------------------------------|------------------------------|---|--------------------------------------|-------------------------------------|
| | | | | | 10h00 - 10h45 Zumba |
| | | | | | 10h45 - 11h30 Stretching évasion |
| 12h30 - 13h15 Body sculpt | 12h30 - 13h15 Fesses Abdos Cuisses | 12h30 - 13h15 Body sculpt | 12h30 - 13h15 Fesses Abdos Cuisses | 12h30 - 13h15 STEP inter/confirmé | |
| | | | | | |
| 18h00 - 18h30 TRX initiation | 18h00 - 18h30 Step débutant | | 18h15 - 18h30 Abdos flash | | |
| 18h30 - 19h15 H.I.I.T confirmé | 18h30 - 19h15 Barre + TRX | | 18h30 - 19h15 Circuit Training Alterné | 18h15 - 19h30 Yoga | |

Adaptation des cours le samedi 9 septembre 2017 dans le cadre de Bulléo fait sa rentrée !
Fermeture les 1^{er} novembre, 11 novembre, 25 décembre et 1^{er} janvier.