



FITNESS - LA FAISANDERIE - Du 8 au 14 Aout 2022 -

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE	
9h			9h-10h15 MARCHE/RENFO Mickael					
			10h30-11h30 BODYSCULPT Mickael		10h15-11h15 Gym Douce Samba	10h-10h30 REV.MUSCULAIRE (Sacha)	10h-11h BODYSCULPT Mickael	
11h15-12h15 BODYSCULPT Mickael			11h30-12h15 PILATES Mickael		11h15-12h15 STRETCHING Samba	10h30-11h30 DOS/ABDOS Sacha	10h30-11h15 AQUAGYM Jérémie	11h-12h CAF Mickael
12h15-13h15 Gym à la Barre Mickael	12h15-13h15 BODYSCULPT Mickael	12h15-13h15 AQUAGYM Guillaume	12h30-13h15 CROSS TRAINING Mickael	12h15-13h15 CAF Philippe	12h15-13h BODYSCULPT Samba	11h30-12h15 AQUAGYM Jérémie	11h30-12h30 BODYSCULPT Sacha	12h-13h STRETCHING Mickael
	12h30-13h15 AQUAGYM Etienne	13h15-14h Gym à la Barre Mickael	12h30-13h15 AQUAGYM Laurent	13h15-14h STRETCHING Philippe	13h-13h30 STRETCH Samba	13h30-14h15 STRETCHING Sacha		
14h15		14h-15h STRETCHING Mickael	14h-15h CIRCUIT TRAINING Mickael	14h-15h GYM DOUCE Philippe		14h15-15h15 BODYSCULPT Cédric	14h-15h BODYCULPT Mickael	
			15h-16h BODYSCULPT Mickael			15h15-16h15 ZUMBA Cédric	15h-16h CIRCUIT TRAINING Mickael	
			16h-16h45 STRETCHING Mickael			16h15-17h15 PILATES Cédric		
17h15				18h-18h45 AQUAGYM Jérémie		18h-18h45 AQUAGYM Etienne		
SALLE DE MUSCULATION								
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche	