

## FITNESS - GEO-ANDRE - du 16 au 19 Aout 2022-

LUNDI 15 - Férié	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	
<b>FERME</b>			8h45-9h45 STRETCHING (Dojo) Caroline			
			10h-11h CAF Caroline	9h30-10h30 STRETCHING Elisabeth		
			11h-11h30 STRETCHING (Caroline)	10h30-11h30 PILATES Elisabeth		
	11h30-12h30 BODYSCULPT Elisabeth		11h30-12h30 BODYSCULPT Caroline	11h30-12h30 BODYSCULPT Elisabeth		
	12h30-13h30 CAF/STRETCH Elisabeth	12h15-13h CROSS TRAINING Salle de musculation Bastien		12h15-13h CROSS TRAINING Salle de musculation Stéphane	12h30-13h30 PILATES Elisabeth	
				18h30-19h30		
				CROSS TRAINING Salle de musculation Stéphane		
				18h45-19h45 BODYSCULPT Sacha		
				19h45-20h45 ABDOS/FESSIERS/stretch Sacha		

### SALLE DE MUSCULATION

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
	11h-14h ( Bastien) 17h15-22h (Stéphane)	17h-22h (Stéphane)	11h30-14h30 (Stéphane) 17h15-22h (Stéphane)	11h-14h30 ( stephane) 17h30-22h ( Stéphane)	