

Planning du 07 Juillet au 07 Septembre 2025



	LUNDI	MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI	
10H-11H									
10H-11H									
11H-12H									
14H-15H									
15H-16H									
16H-17H									
17H-18H									
18H-19H									
19H-20H									





Planning Centre sportif - Nadine - Du 07 Juillet au 07 Septembre 2025

<u>10,00€/COURS</u>	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
09H15-10H00		PILATES / +14ANS	YOGA SUR CHAISE +14ANS	GYM DOUCE +14ANS	
10H15-11H00	CAF SOFT +16ANS	GYM DOUCE +14ANS	HIIT FITNESS +16ANS	PILATES +14ANS	RELAXATION +14ANS
11H15-12H00	STRETCH +14ANS	STRETCH +14ANS	STRETCH +14ANS	FITNESS ADO 10-15ANS	BB GYM 1-3ANS
12H15-13H00		YOGA I +14ANS			
16H15 - 17H00					
17H15 - 18H00	KIDS COMMANDO 4-10ANS	BB GYM 1-3ANS	PILATES +14ANS	PILATES +14ANS	
18H15 - 19H00	PILATES +14ANS	ACRO CIRQUE 7-14ANS	FITNESS +16ANS	CAF +16ANS	
19H15-20H00	STRETCH +14ANS	STEP +16ANS	YOGA I +14ANS	STRETCH +14ANS	