











Planning du 26 août au 09 septembre

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
9h30 à 10h30 Gym training	9H30hà 10H30 Pilates		9h30 à 10h30 	9h30 à 10h30 Posturale
12h30 à 13h10 Coaching Group	12h30 à 13h10 Coaching Group		12h30 à 13h10 Gym training	
17h45à 18H30 Gym Posturale	17h45 à 18h15 Core training	17h45 à 18h30 	17h45 à 18h30 	18h00 a 19h00 Gym training
18h30 à 19h30 	18h15 à 19h Gym training	18h30 à 19h15 	18h30 à 19h15 Core training stretch	19h à 19h45 
18h30 à 19h15 				
19h30à 20h15 	19h à 20h 00 Pilates	19H15 à 20h00 Core training	19h à 20h 00 Pilates	