

Planning vidéo fitness

Lundi

Mardi



























Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

Dimanche

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Libre	Libre	Libre	Libre	Libre	10h00 - 11h00	
					 Aerobic	
12h15 - 13h15	12h15 - 13h15	12h15 - 13h15	12h15 - 12h45	12h15 - 13h15	11h00 - 11h30	
 Aerobic	 Fesses Abdos Cuisses	 Aerobic	 Step	 Aerobic	 Strechting	
13h15 - 13h45	12h45 - 13h15	13h15 - 13h45	12h45 - 13h15	13h15 - 13h45		
 Strechting	 Strechting	 Strechting	 Strechting	 Strechting		
	12h45 - 13h15		13h15 - 13h45			
Libre	 Step	Libre	 Fesses Abdos Cuisses			
	Libre	16h00 - 17h00	Libre	Libre	Libre	Libre
18h30 - 19h00	18h30 - 19h30	 Aerobic				
 Step	 Aerobic	17h00 - 17h30				
19h00 - 19h30	19h30 - 20h00	 Strechting	18h30 - 19h30			
 Strechting	 Strechting	18h30 - 19h00	 Aerobic			
19h30 - 20h00		19h00 - 19h30	19h30 - 20h15			
 Fesses Abdos Cuisses	Libre	 Strechting	 Strechting			
20h00 - 20h30		19h30 - 20h00				
 Strechting		 Step				