

Planning Morlaix

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
9H30 - 10H30	9H30 - 10H30		9H30 - 10H00	9H30 - 10H30	10H30 - 11H15
BODY SCULPT	BODY BARRE		STEP/LIA	F.A.C	BODY SCULPT
12H30 - 13H15	12H30 - 13H15	12H30 - 13H30	10H00 - 10H30	12H30 - 13H15	11H15 - 11H30
BODY BARRE	T.A.F	ZUMBA	TA	BODY SCULPT	STRETCH
			10H30 - 11H00		
			STRETCHING		
			12H30 - 13H15		
			CIRCUIT TRAINING		
17H30 - 18H15	15H15 - 16H00	17H30 - 18H15			14H30 - 15H30
T.A.F	PLEINE FORME	LIA			ZUMBA
18H15 - 19H00	17H30 - 18H15	18H15 - 19H00	17H30 - 18H30	17H30 - 18H15	
STEP (INTITIÉ)	F.A.C	BODY SCULPT	BODY BARRE	BODY SCULPT	
19H00 - 20H00	18H15 - 19H15	19H00 - 19H45	18H30 - 19H15	18H15 - 19H15	
BODY BARRE	CARDIO COMBAT	STEP (DÉBUTANT)	F.A.C		
20H00 - 21H00	19H15 - 20H00	20H00 - 21H00	19H15 - 20H00		
ZUMBA	STRETCHING	ZUMBA	STEP (INTERMÉDIAIRE)		

Sous réserve d'éventuelles modifications