

PLANNING FITNESS 2025

Cours **LES MILLS** avec licence : BodyPump, Body Attack et Body Combat

	9h30	10h15	10h30	11h15	11h30	12h15	12h30	13h15	17h15	18h	18h15	19h15	20h
LUN													
MAR													
MERC													
JEU													
VEN													
SAM													

BodyAttack	CAF (Cuisses Abdos Fessiers)	Stretching	BodySculpt	Abdos	CrossTraining	Zumba
Step	HiitCardio	BodyPump	Pilates	Réveil Musculaire	BodyCombat	Yoga