

LE PLANNING

MATIN

SOIR

LUNDI

19H15 - 20H00	TABATA	20H00 - 21H00	PILATES
---------------	--------	---------------	---------

MARDI

19H15 - 20H00	CROSS TRAINING	20H00 - 20H30	STRETCHING
---------------	----------------	---------------	------------

MERCREDI

19H15 - 20H00	FULL BODY	20H00 - 20H30	HIIT
---------------	-----------	---------------	------

JEUDI

19H15 - 20H15	PILATES	20H15 - 20H45	STRETCHING
---------------	---------	---------------	------------