


PLANNING FIT'STUDIO (ce planning peut encore être modifié)

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
MATIN	Abdos Fessiers 10h-10h30	Spécial bas du corps 10h-10h30	L.I.A déb 10h-10h30	Fit'Pump 10h-10h45	Culture Physique 10h-10h45	Step déb 10h30-11h	Culture Physique 10h30-11h15
	Taille Cuisses 10h30-11h	Spécial buste 10h30-11h	Circuit Training 10h30-11h15	Abdos Fessiers 10h45-11h15	Circuit Minceur 10h45-11h30	Fit'Pump 11h-12h	Fit'Attack 11h15-12h
	Stretching 11h-11h30	Stretching Relaxation 11h-11h30	Taille Abdos Fessiers 11h15-12h	Stretching 11h15-11h45	Abdos Fessiers 11h30-12h	Abdos Fessiers 12h-12h30	Abdos Fessiers 12h-12h30
MIDI	Culture Physique 12h30-13h15	Step déb 12h45-13h15	Circuit Training 12h30-13h15	LIA déb 12h45-13h15	Fit'Pump 12h30-13h15	Stretching Relaxation 12h30-13h15	Stretching 12h30-13h15
	Stretching 13h15-13h45	Taille Fesses 13h15-13h45	Stretching 13h15-13h45	Abdos Fessiers 13h15-13h45	Stretching 13h15-13h45		
A.M							
SOIR	LIA déb 18h-18h30	Spécial buste 18h-18h30	Abdos Fessiers 18h-18h30	Cuisses Abdos Fessiers 18h-18h45	Taille Abdos Fessiers 18h-18h45	Horaires d'ouverture: Lundi-Vendredi 8h30-22h Samedi 9h30-16h30 Dimanche 9h30-13h30 01 39 59 95 43/fit.studio@orange.fr www.fit-studio.fr	
	Fit'Pump 18h30-19h15	Spécial bas du corps 18h30-19h	Step déb 18h30-19h	LIA inter 18h45-19h30	Step inter 18h45-19h30		
	Step inter 19h15-20h	Fit'Boxing 19h-19h45	Fit'Pump 19h-19h45	Spécial buste 19h30-20h	Fit'Attack 19h30-20h15		
	Culture physique 20h-20h45	LIA inter 19h45-20h30	Zumba 19h45-20h30	Mix Dance 20h-21h	Salsa cubaine débutante 20h15-21h15		
	Stretching 20h45-21h15	Abdos Fessiers 20h30-21h					

