

PLANNING HEBDOMADAIRE 2011

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI					
00-9h15											
15-9h30											
30-9h45	CIRCUIT AVEC COACH Horaires libres Suivi personnalisé jusqu'à 14h00	CIRCUIT AVEC COACH Horaires libres Suivi personnalisé jusqu'à 14h00	CIRCUIT AVEC COACH Horaires libres Suivi personnalisé jusqu'à 14h00	CIRCUIT AVEC COACH Horaires libres Suivi personnalisé Jusqu'à 13h00 ABDOS FESSIERS* (13h00-13h45)	CIRCUIT AVEC COACH Horaires libres Suivi personnalisé jusqu'à 14h00	CIRCUIT LADY FITNESS Coach permanent Horaires libres Suivi personnalisé jusqu'à 12h30					
00-10h15											
15-10h30											
30-10h45											
45-11h00											
00-11h15											
15-11h30											
30-11h45											
45-12h00											
00-12h15											
15-12h30											
30-12h45											
45-13h00											
00-13h15											
15-13h30											
30-13h45											
45-14h00											
00-14h15	CIRCUIT LIBRE (14h-15h30)	ABDOS FESSIERS (14h-14h30)	PILATES (14h-14h45)	CIRCUIT LIBRE (14h-15h30)	ABDOS FESSIERS (14h-14h30)	PILATES (14h-14h45)					
15-14h30		STRETCHING (14h30-15h)					STRETCHING (14h30-15h)				
30-14h45			CIRCUIT LIBRE (15h-15h30)		CIRCUIT LIBRE (14h45-15h30)		CIRCUIT LIBRE (15h-15h30)				
45-15h00											
00-15h15											
15-15h30	CIRCUIT AVEC COACH Horaires libres Suivi personnalisé jusqu'à 20h30	CIRCUIT AVEC COACH Horaires libres Suivi personnalisé jusqu'à 20h00	CIRCUIT AVEC COACH Horaires libres Suivi personnalisé jusqu'à 20h00	CIRCUIT AVEC COACH Horaires libres Suivi personnalisé jusqu'à 20h45	CIRCUIT AVEC COACH Horaires libres Suivi personnalisé jusqu'à 20h00	CIRCUIT LADY FITNESS Coach permanent Horaires libres Suivi personnalisé jusqu'à 18h00					
30-15h45											
45-16h00											
00-16h15											
15-16h30											
30-16h45											
45-17h00											
00-17h15											
15-17h30											
30-17h45											
45-18h00											
00-18h15											
15-18h30											
30-18h45											
45-19h00											
00-19h15											
15-19h30											
30-19h45											
45-20h00											
00-20h15		CUISSES ABDOS FESSIERS (20h-20h45)			CUISSES ABDOS FESSIERS (20h-20h45)						
15-20h30											
30-20h45	BODY SCULPT (20h30-21h15)										
45-21h00		STEP (20h45-21h30)									
00-21h15											
15-21h30	STRETCHING (21h15-21h30)			FIGHT N' FUN (20h45-21h30)	STRETCHING - RELAXATION (20h45-21h30)						

*Si places restantes dans le cours d'entreprise