

C-201 Salle de conditionnement physique

Semaine du 10 Décembre

	Lundi 10 déc.	Mardi 11 déc.	Mercredi 12 déc.	Jeudi 13 déc.	Vendrdedi 14 déc.
08:00			Sport Collectifs		Yoga Fitness
08:50					
08:55	musculation	musculation	Projet conditionnement		
09:45					
09:50			Sport Collectifs		Entrainement au féminin
10:40					
10:45	Entrainement au féminin		Yoga Fitness	Danse Fitness	
11:35					
11:40					
12:30					
12:35	Yoga Fitness				Spinning et entrainement
13:25					
13:30					
14:20					
14:25			Projet Plein air		
15:15					
15:20					
16:10					
16:15					
17:05					
17:10					
18:00					

Espaces blancs = la salle est libre, vous pouvez vous entraîner !