

LE PLANNING FIT'LONDE

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

9H/10H
**BODY
SCULPT
TONIC**
ÉTOILINE

9H/10H
PILATES
JULIE

10H/11H
**STRETCH
MOBILITÉ**
ÉTOILINE

11H/12H
**FIT
COCKTAIL**
JULIE

10H/11H
STRETCHING
JULIE

11H/12H30
**PILATES
AU MUR &
STRETCHING**
JULIE

12H15/13H
ZUMBA
BÉNÉDICTE

12H15/13H15
**H.I.I.T
CIRCUIT**
BÉNÉDICTE

12H15/13H15
**VITAL
RENFO**
RÉMI

12H15/13H15
**FIT
BOXING**
BÉNÉDICTE

13H/14H
**STRETCH
RELAXATION**
BÉNÉDICTE

14H30/16H
**VINYASA
YOGA**
BÉNÉDICTE

18H/19H
**VITAL
RENFO**
RÉMI

18H/19H
PILATES
BÉNÉDICTE

18H/19H
**BODY
SCULPT**
BORIS

18H/19H30
**YIN
YOGA**
BÉNÉDICTE

19H/20H
**CARDIO
BOOST**
RÉMI

19H/20H
**YOGA
DOUX**
BÉNÉDICTE

19H/20H
**MOBILITÉ
STRETCHING**
BORIS

SALLE CHÊNE & OLIVIER 1

GYMNASE JEAN-JAURES

SALLE CHÊNE & OLIVIER 2

SALLE PERRIN

Ne pas jeter sur la voie publique