

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



**ATTENTION
CHANGEMENT
DE SALLE !**



19H/20H

**CARDIO
BOOST**
RÉMI

19H/20H

**YOGA
DOUX**
BÉNÉDICTE

19H/20H

**MOBILITÉ
STRETCHING**
BORIS

GYMNASSE JEAN-JAURES

PETIT GYMNASSE FRANÇOIS DE-LEUSSE

SALLE CHÊNE & OLIVIER 1

SALLE CHÊNE & OLIVIER 2

SALLE PERRIN