



# PLANNING DES COURS DE LA SEMAINE

## SAISON 2020/2021

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
9 h						
10 h						
10 h 30		coach en salle GISELE	coach en salle GISELE	coach en salle GISELE		
12 h						CAF / Stretching Interval training NINO
17 h 30						
17 h 45					coach en salle YANNICK	
18 h 00						
18 h 30						
18 h 45		coach en salle GISELE	Cross Training YANNICK	CAF ou Interval Training NINO	Interval Training YANNICK	
19 h	C.A.F.* NINO			Cross Training YANNICK		
19 h 15						
19 h 30						
20 h 00	Stretching NINO		Pilates YANNICK	Stretching /Pilates ISABELLE	Pilates YANNICK	Stretching YANNICK
20 h 15						

Document non contractuel édité le 07/09/2020 - Les cours, les horaires et intervenants sont donnés à titre indicatif et peuvent faire l'objet de modifications par O2 FORM.

\* CAF : Cuisses Abdo Fessiers