



PLANNING DES COURS DE LA SEMAINE

SAISON 2018/2019

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
9 h - 10 h	coach en salle DORIAN	coach en salle GISELE	coach en salle DORIAN	coach en salle GISELE	coach en salle DORIAN
12 h					
17 h 30 - 17 h 45	coach en salle BERTRAND				coach en salle YANNICK
18 h 00 - 18 h 30					
18 h 30 - 18 h 45	C.A.F.* BERTRAND	coach en salle GISELE	Cross Training YANNICK	Biking YANNICK	Interval Training YANNICK
19 h - 19 h 15				Cross Training YANNICK	
19 h 15 - 19 h 30	STEP BERTRAND		Pilates YANNICK	Pilates YANNICK	Stretching YANNICK
20 h 00 - 20 h 15					
				coach en salle GISELE	

Document non contractuel édité le 14/01/2019 - 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