

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
M A T I N	07H00 - 08H00 CROSSFIT	06H30 - 07H30 CROSSFIT	07H00 - 08H00 CROSSFIT	07H00 - 08H00 CROSSFIT	06H30 - 07H30 CROSSFIT		
	COACHING PERSONNALISE DIETETECIEN SUR RDV	07H30 - 08H30 CROSSFIT	COACHING PERSONNALISE DIETETECIEN SUR RDV	COACHING PERSONNALISE DIETETECIEN SUR RDV	07H30 - 08H30 CROSSFIT	10H30 - 11H30 CROSSFIT	10H00 - 11H00 CROSSFIT
		COACHING PERSONNALISE DIETETECIEN SUR RDV			COACHING PERSONNALISE DIETETECIEN SUR RDV	11H30 - 12H30 CROSSFIT	11H15 - 12H15 CROSSFIT
A P R E S M I D I	12H00 - 13H00 CROSSFIT	12H00 - 13H00 CROSSFIT	12H00 - 13H00 CROSSFIT	12H00 - 13H00 CROSSFIT	12H00 - 13H00 CROSSFIT	12H30 - 13H30 YOGA	
	COACHING PERSONNALISE DIETETECIEN SUR RDV	COACHING PERSONNALISE DIETETECIEN SUR RDV	14H00 - 15H00 KIDS 06 / 11 ANS	COACHING PERSONNALISE DIETETECIEN SUR RDV	COACHING PERSONNALISE DIETETECIEN SUR RDV		13H40 - 14H40 CROSSFIT
			15H00 - 16H00 TEENS 12 / 16 ANS				
S O I R E E	17H30 - 18H30 CROSSFIT	17H30 - 18H30 CROSSFIT	17H30 - 18H30 CROSSFIT	17H30 - 18H30 CROSSFIT	17H30 - 18H30 CROSSFIT		
	18H30 - 19H30 CROSSFIT	18H30 - 19H30 CROSSFIT	18H30 - 19H30 CROSSFIT	18H30 - 19H30 CROSSFIT	18H30 - 19H30 CROSSFIT	20H00 - 21H00 CROSSFIT	
		19H30 - 20H30 CROSSFIT					
	19H30 - 20H00 HIIT	20H00 - 21H00 RUNNING	19H30 - 20H30 CROSSFIT	19H30 - 20H30 CROSSFIT	19H30 - 20H30 CROSSFIT	20H00 - 21H00 CROSSFIT	
	20H00 - 21H00 CROSSFIT	20H30 - 21H00 HIIT	20H30 - 21H00 HIIT	20H30 - 21H30 YOGA	21H00 - 22H00 CROSSFIT		
21H00 - 22H00 CROSSFIT	21H00 - 22H00 CROSSFIT	21H00 - 22H00 CROSSFIT					

CROSSFIT : 1heure / 12 à 14 personnes

HIIT : 30minutes / 12 à 14 personnes

YOGA : Vinyasa / 1heure /
16 personnes

RUNNING : 1 heure / 15 personnes

KIDS : réservée aux 06/11 ans

TEENS : réservée aux 12/16 ans

Coaching Personnalisé ou Diététicien :
Sur RDV / Tarifs : Nous consulter