

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE	
9h15 CUISSES ABDOS FESSIERS	<p>14 JUILLET CLUB OUVERT DE 10H À 12H30</p>		9h15 CULTURE PHYSIQUE ABDOS-FESSIERS	9h15 LES MILLS BODYSTEP	10h LES MILLS BODYPUMP	10h - 12h30	
10h15 LES MILLS tone		10h15 GYM DOUCE	10h15 LES MILLS BODYJAM	10h15 LES MILLS BODYBALANCE	11h YOGA	COACHING MUSCULATION	
11h15 BIKING		11h15 STRETCHING	11h15 BIKING	11h15 pilates BIKING	11h15 BIKING		
				FERMETURE 13H30 - 16H30		<p>Fitness - Musculation - Coaching - Squash</p> <p><b>ESPACE FORM</b></p>  <p>www.espace-form.fr 12 Bd du Souvenir Français, Les Sables d'Olonne (85) 02 51 32 96 96</p>	
17h45 ABDOS-FESSIERS			18h pilates	17h45 TRX Training Zone	18h15 cross training	OUVERT 7/7	
18h30 LES MILLS BODYPUMP			19h BIKING	18h30 LES MILLS BODYPUMP	19h15 LES MILLS BODYJAM	LUNDI-MERCREDI-VENDREDI 9H - 21H	
19h30 LES MILLS BODYCOMBAT			20h LES MILLS BODYPUMP	19h30 LES MILLS BODYATTACK	20h15 LES MILLS BODYBALANCE	JEUDI 9H-13H30 ET 16H30-21H	
20h30 TRX Training Zone						SAMEDI 9H15 - 12H45	
						DIMANCHE 10H - 12H30	

**PLANNING DU 13 AU 19 JUILLET 2020**