

PLANNING DES COURS COLLECTIFS  
 ESPACE SPORTIF CHARLETY

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
10h00	10h00	10h00	10h00	10h00	10h00	10h00
	10h30 Gym Douce (60')		10h30 Gym Douce (60')		11h00 Body Sculpt (60')	10h00 Cardio Training (180')
12h30 Abdos fessiers Stretching (60')	12h30 CAF (45') <b>NEW</b> 13h15 Stretching (15')	12h30 Body Sculpt (60')	12h30 Abdos fessiers Stretching (60')	12h30 Body Buste (60')		
14h00	14h00	15h00	14h00	14h00		
16h30	16h30	16h30	16h30	16h30		
18h30 Body Barre (30')	18h30 BodySculpt (45') <b>NEW</b>	18h30 Gym du Dos (45') <b>NEW</b>	18h30 Body Barre (45') <b>NEW</b>	18h00 CAF Stretching (60')		
19h00 Abdos fessiers Streching (60')	19h15 Pilate - niv 1 (45') <b>NEW</b>	19h15 Abdos fessiers stretching (45') <b>NEW</b>	19h15 Pilate - niv 2 (45') <b>NEW</b>			
20h00 Salsa debutant (60')	20h00 Latina Fitness (60')	20h00 Salsa confirmé (90')				
21h00	21h00	21h00	21h00	21h00	14h00	13h00

