

# PLANNING

## DES COURS COLLECTIFS COACHÉS

**FITNESS PARK**

SE DÉPASSER - SE SURPASSER

ANTIBES PALAIS DES CONGRÈS

LUNDI		MARDI		MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
		09h15-10h00		12h15-13h00	09h00-09h30	09h00-10h00	
		BODY SCULPT		BODY PUMP	ABDOS FESSIER	BODY SCULT	
12h30-13h30		10h00-11h00		13h00-13h45	09h30-10h15	10h00-11h00	
ZUMBA		PILATES		SPINNING	BODY BALANCE	STRETCHING	
		12h30-13h15		17h30-18h30	15h30-17h30	12h30-13h00	
		CAF		BODY PUMP	YOGA HATHA	BODY ATTACK	
				18h30-19h30	18h00-19h00	13h00-13h30	
				RPM	FIT BOXING	CX	
18h00-19h00		18h00-18h45	18h30-19h15	19h00-20h00	19h00-20h00	18h00-19h00	
BOXE ANGLAISE	BODY ATTACK	KICK BOXING	BODY COMBAT	YOGA VINYASA	CROSS TRAINING	BOXE ANGLAISE	
19h00-20h00		19h15-20h00		20h00-20h30	18h00-19h30		
SPINNING	LADY BOXING	SALSA BOXE		HATHA YOGA	HATHA YOGA		