

PLANNING GYM MOSAIQUE PECHBUSQUE - RENTREE SEPTEMBRE 2020

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
MATIN	MAXIME	GUILLAUME	MAGUY	GUILLAUME	LUDOVIC	DAVID
	8h45-9h45	9h15-10h15	9h15-10h15	9h15-10h30	9h15-10h15	9h30-10h30
	RENFORCEMENT MUSCULAIRE	GYM TONIC	GYM DOUCE (inspirée du PILATES)	GYM TONIC	GYM SPECIAL DOS	RENFORCEMENT MUSCULAIRE
	STEPHANIE	GUILLAUME				
	10h00-11h00	10h15-10h45				
	YOGA DYNAMIQUE	STRETCHING				
SOIR	DAVID	LUDOVIC	?	DAVID	PAS DE COURS PENDANT LES VACANCES SCOLAIRES et les jours fériés (11 Novembre, 5 Avril, 1er, 8 et 13 Mai 2021)	
	18h45-19h45	19h00-20h00	18h15-19h15	19h00-20h00		
	RENFORCEMENT MUSCULAIRE	GYM DOUCE (inspiré du PILATES)	GYM TONIC	RENFORCEMENT MUSCULAIRE		
	LUDOVIC			DAVID		
	20h00-21h00			20h00-20h30		
	FITFORM		STRETCHING			