



GROUP TRAINING A PARTIR DU 11.09.2017

LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		SAMEDI	
H-BOX	BIEN-ÊTRE	H-BOX	BIEN-ÊTRE	H-BOX	BIEN-ÊTRE	H-BOX	BIEN-ÊTRE	H-BOX	BIEN-ÊTRE
	10:15 - 11:15 BASIC		10:15 - 11:15 Niv. 2				10:15 - 11:15 Niv. 1	10:00 - 11:00 CROSS TRAINING	
									11:00 - 11:45 Niv. 1
12:30 - 13:15 CROSS TRAINING					12:30 - 13:15 Niv. 1				
		17:00 - 18:00 CROSS TRAINING		17:15 - 18:00 TRX			17:00 - 18:00 BASIC	Rejoignez l'open sur 	
		18:00 - 18:45 TRX			18:00 - 19:00 Niv. 2	18:30 - 19:15 TRX	18:30 - 19:30 Niv. 2		
	19:00 - 20:00 Niv. 2		19:00 - 20:00 Niv. 1			19:15 - 20:15 CROSS TRAINING			