



# La salle de sport des enfants de 3 mois à 15 ans

 06 28 58 00 87

## NOS ACTIVITÉS



- Baby Gym & Dance
- Cross Training & Boxing
- Kid Fitness
- Fit' Parents/Enfants
- PomPom Girl
- Kid Coaching ...



## NOUS PROPOSONS ÉGALEMENT

- Anniversaires
- Accueil des collectivités
- Accueil des assistantes maternelles
- Stages vacances
- Garderie sportive - Mercredi



J'S fitness & Kid's



jsfitnesskids



krysteljsfitnesssetkids@gmail.com



kid-fitness.fr



# PLANNING KID FITNESS

La salle de sport des enfants de 3 mois à 15 ans

MAMAN	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Gym Maman Bébé et Gym Prénatale de 0 à 18 mois		16H30					

Baby	10/36 mois	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Gym & Dance	10H30			10H00		10H30	09H30	09H30
						16H30		10H45
Accueil Assistantes Maternelles	09H30							

KID	3/5 ans	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Gym & Dance				16H00			10H30	
Training			17H30					
Baby Foot						17H30		

JUNIOR	6/12 ans	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Fitness Cardio/Renfo	17H30							
Pompom Girl				14H00				
Cross Training & Boxing				17H00	17H30			
Foot Salle		18H30		15H00		18H30		
Kid Dance						18H30		
Zumba Family							11H30	
Fit' Parents/enfants				11H00				11H45

ADULTES	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Zumba Family	18H30			18H30		11H30	
Renfo Muscu	19H15						
Kangoo Jump	20H00						
Cross Wood		18H30					
Step		19H15					
HIIT Abdos			18H30				
Circuit Training			19H15				
Cardio Boxe			20H00				
100% Brûle Graisse				19H15			
Fit' Parents/enfants			11H00				11H45

