



PLANNING KID FITNESS 2024

FEMME ENCEINTE	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Gym Prénatale	11H30				11H30		

MAMAN	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Gym Maman Bébé de 0 à 18 mois		11H30			09H30		

BABY	10/36 mois	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Gym & Dance		10H30	10H30	10H00	10H30	10H30 16H30	09H30	09H30
Accueil Ass.Mat.					09H30			
Eveil Musical 30 minutes		09H30						

KID	3/5 ans	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Kid Gym & Dance				15H30		17H30		10H30
Kid Training & Boxing			17H30				10H30	
Sport de Ballons*					17H30			

JUNIOR	6/10 ans	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Fitness Cardio/Renfo			18H30					
Pompom Girl				14H30				
Cross T. & Boxing		17H30					11H30	
Sport de Ballons*				16H30				
Fit' Family Parents / Enfants								11H30
Atelier Chant Comédie Musicale				16H30				
Atelier Anglais				11H00				

ADOS	11/14 ans	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Appareils cardio/ muscu Initiation				14H30				
Cross T. & Boxing		17H30		15H30				
Fit' Family Parents / Enfants								11H30

* Sport de ballons : football, rugby, basket, volley, hand ball ...