



# PLANNING KID FITNESS 2024

ADULTES	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Gym Périnatale				11H00		
Gym Maman Bébé <i>de 0 à 18 mois</i>		11H30				
Stretching	11H00					
Pilates		10H00		10H00		
Full Body		12H25		12H25		

BABY	3/36 mois	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Gym & Dance			10H30 16H00	10H30	10H30 16H00	10H30	09H30
Accueil Assistantes Maternelles		09H30	09H30	09H30	09H30	09H30	

KID	3/5 ans	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Gym & Dance		17H00		16H30			10H30
Training & Boxing			17H00		17H00		11H30

JUNIOR	6/10 ans	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Fitness <i>Cardio</i>			16H45				
Cross Training & Boxing		17H30		14H30			
Pom pom Girl					17H30		
Gym acrobatique			18H00	15H30			
Fit' Family <i>Parents / Enfants</i>							11H30
Coaching			17H45	17H30	17H45		

ADOS	11/14 ans	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Fitness <i>Cardio</i>			16H45		18H00	17H30	
Cross Training & Boxing				17H30			
Gym acrobatique			18H00	15H30			
Fit' Family <i>Parents / Enfants</i>							11H30
Coaching			17H45	17H30	17H45		

ENFANTS	3/12 ans	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Garderie Sportive*		17H30 20H30	17H30 20H30	17H30 20H30	17H30 20H30	17H00 19H00	