



PLANNING KID FITNESS 2025

ADULTES	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Stretching				11H30		
Pilates	11H00					
CAF Cuisses Abdos Fessiers					11H00	

Baby	10/36 mois	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Gym & Dance	10H00	10H30	10H30	10H00	10H00	10H00	09H15
	16H30						
Accueil Assistantes Maternelles		09H30			09H30		

KID	3/5 ans	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Gym & Dance		17H30		09H30			10H15
Training & Boxing			17H30			17H30	
Sports de Ballon*					17H30		
Yoga				15H30			

JUNIOR	6/10 ans	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Fun Fit Cardio Renfo		17H30					
Pompom Girl		18H30		17H30			
Cross Training & Boxing					17H30		
Zumba Family Parents / Enfants						18H30	
Sports de Ballon*				16H30	18H30		
Fit' Family Parents / Enfants			18H30				11H15

ADOS	11/14 ans	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Fitness Cardio Renfo					18H30		
Cross Training & Boxing		18H30		17H30			
Zumba Family Parents / Enfants						18H30	
Fit' Family Parents / Enfants			18H30				11H15

* Sports de ballon : football, rugby, basket, volley, hand ball ...