



# PLANNING KID FITNESS 2025

<b>BABY</b>	10/36 mois	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
<b>Gym &amp; Dance</b>			10H30	09H00	10H30		09H30	09H30
<b>Accueil Assistantes Maternelles</b>	9H30				9H30			

<b>KID</b>	3/5 ans	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
<b>Gym &amp; Dance</b>	17H15			16H00		17H15	10H30	
<b>Training &amp; Boxing</b>			17H15		17H15			10H30
<b>Multisports</b>				10H00				
<b>Yoga / Pilates</b>				11H00				

<b>JUNIOR</b>	6/14 ans	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
<b>Cross Training &amp; Boxing</b>	18H15			14H00				
<b>Gym acrobatique</b>			18H15	15H00				
<b>Fit' Family</b> <i>Parent / Enfant</i>								11H30
<b>Zumba Family</b> <i>Parent / Enfant</i>					18H15			
<b>Pom Pom Girl &amp; Danse</b>				17H15				
<b>Pilates Family</b> <i>Parent / Enfant</i>						18H15		
<b>Yoga / Pilates</b>							11H30	

<b>ADULTES</b>	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
<b>Pilates</b>		13H00		13H00	9H30		
		20H00		19H15			
<b>Cross Training</b>	10H30	19H15	12H15	12H15		12H30	
	12H15			12H15			
	19H15			20H00			
<b>Yoga</b>	13H00	9H30	13H00				
<b>Cardio Boxing</b>	20H00	12H15			12H15		
<b>Zumba</b>			20H00				
<b>Gym prénatale</b>					10H30		
<b>Barre à terre</b>					13H00		