

décembre 2015

Planning FITNESS

CASTAGNIERS

N° Sem	Séance	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI				
49	18h30 19h00		1		2	3	Elasto Gym	4		
	19h00 19h30						Elasto Gym			
	19h30 20h00						Stretch			
50	18h30 19h00	7	Step	8		9	Cross Training	10		11
	19h00 19h30		BED				Cross Training			
	19h30 20h00		Stretch				Stretch			
51	18h30 19h00	14	Total Gym	15		16	Taille Abdos	17		18
	19h00 19h30		Total Gym				Cuisses Fessiers			
	19h30 20h00		Stretch				Stretch			
52	18h30 19h00	21		22		23		24		25
	19h00 19h30									
	19h30 20h00									
53	18h30 19h00	28		29		30		31		
	19h00 19h30									
	19h30 20h00									

ASBTP
Omnisports Nice Côte d'Azur

Repas de Noël*
à l'ASBTP
42, avenue Gallieni - Nice

Jeudi
17 Décembre 2015

Tombola de Noël
1 TV "Led" 80 cm
+ Nombreux Lots
TICKETS EN VENTE 5 €



Jeudi 17 décembre à 19h30
Repas de NOËL
Pensez à réserver vos places avant le 10/12



Horaires :Lundi et Mercredi : 18H30/19H00 - 19H00/19H30 - 19H30/20H00 N.B.- Les cases teintées en jaune indiquent simplement les périodes de vacances scolaires