

février 2016

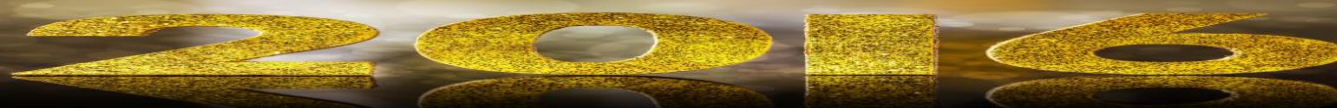
Planning FITNESS

CASTAGNIERS

N° Sem	Séance	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDEDI
5	18h30 19h00	1 Sculpt n'Step	2	3 Total Gym	4	5
	19h00 19h30	Sculpt n'Step		Total Gym		
	19h30 20h00	Stretch		Stretch		
6	18h30 19h00	8 Taille Abdos	9	10 Cross Training	11	12
	19h00 19h30	Cuisses Fessiers		Cross Training		
	19h30 20h00	Stretch		Stretch		



**Jeudi 25 Février à 19h30
Repas CARNAVAL Déguisé
Pensez à réserver vos places avant le 18/02**



ACCUEIL DE LOISIRS ASBTP

8	18h30 19h00	22 Gym Bâton	23	24 Sstep	25	26
	19h00 19h30	Gym Bâton		Elasto-Gym		
	19h30 20h00	Stretch		Stretch		
9	18h30 19h00	29 Cross Training				
	19h00 19h30	Cross Training				
	19h30 20h00	Stretch				



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