

PLANNING

Des Cours Collectifs
AÔUT 2023

CFIT

HARMONIE SPORT SANTÉ

Cours sur inscription via l'application Wix
Renseignements

Céline : 06-09-36-51-43



cfit-sante.com

SEMAINE DU
31 AU 6

SEMAINE DU
7 AU 13

SEMAINE DU
15 AU 21

SEMAINE DU
21 AU 27

SEMAINE DU
28 AU 1 SEPT

MERCREDI
9 AOUT

8H45-10H00

Abdologie
Stretching
californien

18H45-19H45

Stretching
Postural

JEUDI
10 AOUT

9H00-10H15

*Fit Outdoor
ou Circuit Training
Aqua fit ou
abdologie D

19H15-20H15

*Fit Outdoor
ou Circuit Training
* Stretching
Californien

VENDREDI
11 AOUT

9H00-10H15

Stretching
Postural

LUNDI
14 AOUT

8H45-10H00

*Fit outdoor
ou circuit training
+ aquafitness ou
abdologie

19H00-20H15

*Fit outdoor
ou circuit training

MERCREDI
16 AOUT

19H15-20H15

Stretching
Postural

JEUDI
17 AOUT

9H00-10H15

*Fit outdoor
ou circuit training

19H15-20H15

Body sculpt

VENDREDI
18 AOUT

8H45-9H45

Stretching
californien

MARDI
29 AOUT

8H45-10H00

Pilates

JEUDI
31 AOUT

9H00-10H15

*Fit Outdoor
ou Circuit Training

12H30-13H15

*Fit Outdoor
ou Circuit Training

19H00-20H15

*Fit Outdoor
ou Circuit Training

VENDREDI
1ER SEP

9H00-10H00

Cuisses Abdos
Fessiers

VACANCES

VACANCES

COURS
AU STUDIO

COURS
OUTDOOR