



# PLANNING DES COURS DE JANVIER

<b>LUNDI</b> <b>ELODIE</b> <b>18h30/20h00</b>	<b>05 JANVIER</b> <b>CARDIO BOXE</b>	<b>12 JANVIER</b> <b>STEP</b>	<b>19 JANVIER</b> <b>AFRO FIT'</b>	<b>26 JANVIER</b> <b>KUDURO'FIT</b>
<b>MARDI</b> <b>CAMILLE</b> <b>12h15/13h15</b>	<b>06 JANVIER</b> <b>TABATA</b>	<b>13 JANVIER</b> <b>CIRCUIT TRAINING</b>	<b>20 JANVIER</b> <b>RENFO SUR STEP</b>	<b>27 JANVIER</b> <b>C.A.F</b>
<b>MARDI</b> <b>CAMILLE</b> <b>18H00/19H00</b> Pilates	<b>06 JANVIER</b> <b>PILATES</b>	<b>13 JANVIER</b> <b>PILATES</b>	<b>20 JANVIER</b> <b>PILATES</b>	<b>27 JANVIER</b> <b>PILATES</b>
<b>MARDI</b> <b>CAMILLE</b> <b>19H15/20H15</b> Yoga	<b>06 JANVIER</b> <b>YOGA</b>	<b>13 JANVIER</b> <b>YOGA</b>	<b>20 JANVIER</b> <b>YOGA</b>	<b>27 JANVIER</b> <b>YOGA</b>
<b>MERCREDI</b> <b>NATHALIE</b> <b>18H15/19H30</b>	<b>07 JANVIER</b> <b>P.P.G AU POIDS DU CORPS</b>	<b>14 JANVIER</b> <b>F.A.C</b>	<b>21 JANVIER</b> <b>MIX CARDIO RENFO</b>	<b>28 JANVIER</b> <b>CIRCUIT TRAINING</b>
<b>MERCREDI</b> <b>NATHALIE</b> <b>19H45/21H00</b> Fitball	<b>07 JANVIER</b> <b>TOUT LE CORPS+EQUILIB RE</b>	<b>14 JANVIER</b> <b>CARDIO MIX+PILATES</b>	<b>21 JANVIER</b> <b>TRANSITION ET GAINAGE</b>	<b>28 JANVIER</b> <b>TOUT LE CORPS FITBALL 100% AU SOL</b>
<b>JEUDI</b> <b>VALERIE</b> <b>18H15/19H45</b>	<b>08 JANVIER</b> <b>STEP</b>	<b>15 JANVIER</b> <b>TABATA</b>	<b>22 JANVIER</b> <b>L.I.A</b>	<b>29 JANVIER</b> <b>CIRCUIT TRAINING</b>
<b>VENDREDI</b> <b>VALERIE</b> <b>18H30/19H30</b>	<b>09 JANVIER</b> <b>ZUMBA</b>	<b>16 JANVIER</b> <b>ZUMBA</b>	<b>23 JANVIER</b> <b>ZUMBA</b>	<b>30 JANVIER</b> <b>ZUMBA</b>

