

Du 25/08 au 31/08

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

Dimanche

**SUSPENSION
TRAINING
50'**

10h30 - 10h55

**Cuisses
Abdos
Fessiers**

12h30 - 13h20

HYROX

15h30 - 17h00

HYROX

19h30 - 21h00

**Cuisses
Abdos
Fessiers**

17h30 - 18h20

**Tapis de
course**

18h30 - 18h55

**Step
débutant/in
ter**

17h30 - 18h20

Sun Dance

19h00 - 19h50

**Natural
Training**

18h30 - 19h20

HYROX

19h30 - 21h00

Vélo

18h30 - 19h20