

Du 21/09 au 27/09

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

Dimanche

**Circuit
Training**

07h15 - 08h05

Vélo

07h15 - 08h05

**Circuit
Training**

09h30 - 10h20

**Circuit
Training**

10h30 - 11h20

Abdos 25'

09h00 - 09h25

Abdos 25'

09h00 - 09h25

Sun Dance

09h30 - 10h20

Vélo

10h30 - 11h20

**STRETCH et
RECUP' 25**

19h30 - 19h55