


**FITNESS - GEO-ANDRE - du 29 Mai au 4 Juin 2023-**

LUNDI (Ferie)							MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI		SAMEDI	
<b>8h45</b>																
 STADE FRANÇAIS 10h-11h30 <b>YOGA</b> Emmanuel				8h45-9h45 STRETCHING (dojo) Marc												
				10h-11h CAF Marc		9h30-10h30 STRETCHING Elisabeth		10h30-11h30 PILATES avancé Elisabeth								
				11h-11h30 STRETCHING (Marc)		11h30-12h30 BODYSULPT Elisabeth										
11h30-12h30 STRETCHING Sacha	11h30-12h30 BODYSULPT Elisabeth			11h30-12h30 BODYSULPT Marc		11h30-12h30 BODYSULPT Elisabeth										
<b>12h30</b>																
12h30-13h30 BODYSULPT Sacha	12h30-13h30 CAF/STRETCH Elisabeth	12h15-13h CROSS TRAINING Salle de musculation Bastien			12h30-13h30 FIT BOXE Marc	12h15-13h CROSS TRAINING Salle de musculation Stéphane	12h30-13h30 PILATES Elisabeth									
18h-19h BODYSULPT Elisabeth																
19h-20h CAF/stretch Elisabeth				18h30-20h YOGA Emmanuel												
<b>21h45</b>																

**SALLE DE MUSCULATION**

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
12h-14h ( Bastien ) 18h-22h ( Bastien )	12h-14h ( Bastien ) 17h15-22h ( Stéphane )	17h30-22h ( Stéphane )	11h30-14h30 (Stéphane) 18h-22h ( Bastien )	11h30-14h30 (Stéphane) 17h30-22h ( Stéphane )	