

# PLANNING PROVISOIRE DES COURS

LUNDI

7h15-8h15

Condi

9h-10h

WOD

10h-11h

Spé DOS

12h20-13h20

WOD

17h-18h

WOD

18h15-19h15

WOD

19h30-20h30

WOD

MARDI



12h20-13h20

Condi

17h-18h

Condi

18h15-19h15

Condi

19h30-20h30

Condi

MERCREDI

7h15-8h15

Renfo

9h-10h

Renfo



17h-18h

Mobilité & Gym

18h15-19h15

Mobilité & Gym

JEUDI



12h20-13h20

WOD

17h-18h

WOD

18h15-19h15

WOD

19h30-20h30

WOD

VENREDI



9h-10h

Condi

10h-11h

Cours Sénior

12h20-13h20

Renfo

17h-18h

Renfo

18h15-19h15

Renfo

SAMEDI

9h-10h

WOD partner

10h-11h

Dynamic Stretch

