



PLANNING ALLÉGÉ DES VACANCES D'ÉTÉ 2025

Ce planning est ouvert à tous les adhérents gym annuels et fit pass dans la limite des places disponibles.

SEMAINE DU 30 JUIN AU 06 JUILLET 2025

172 RUE DE COURCELLES : Code 96B74

JOUR	DISCIPLINE	HORAIRES	PROFESSEUR
LUNDI 30/06	GYM DOUCE*	11 :00 - 12 :00	Dramane
	FIT SHAPE**	12 :15 - 13 :15	Dramane
MARDI 01/07	GYM**	09 :00 - 10 :00	Myriam
	STRETCHING*	10 :00 - 11 :00	Myriam
MERCREDI 02/07	GYM CARDIO***	19 :15 - 20 :15	Clarisse
	SPÉCIAL MUSCU**	20 :15 - 21 :15	Grégoire
JEUDI 03/07	STRETCHING*	09 :00 - 10 :00	Myriam
	GYM**	10 :00 - 11 :00	Myriam
	PILATES DOUX*	11 :00 - 12 :00	Grégoire
	GYM CARDIO**	12 :15 - 13 :15	Grégoire
	STRETCHING*	13 :15 - 14 :15	Grégoire
VENDREDI 04/07	GYM**	09 :00 - 10 :00	Pablo
	STRETCHING*	10 :00 - 11 :00	Pablo
	GYM DOUCE*	11 :00 - 12 :00	Pablo
SAMEDI 05/07	CARDIO FIT***	10 :30 - 11 :30	Pablo
	PILATES**	11 :30 - 12 :30	Pablo

66 BIS AVENUE DE VILLIERS

JOUR	DISCIPLINE	HORAIRES	PROFESSEUR
LUNDI 30/06	PILATES**	09 :00 - 10 :00	Zsanett
	STRETCHING*	10 :00 - 11 :00	Zsanett
	SPÉCIAL DOS*	11 :00 - 12 :00	Zsanett
	MUSCU-STRETCH**	12 :15 – 13 :15	Cyril
	FIT'DANSE**	18 :15 - 19 :15	Pablo
	PILATES**	19 :15 - 20 :15	Pablo
MARDI 01/07	MOBILITÉ**	10 :00 - 11 :00	Zsanett
MERCREDI 02/07	PILATES**	10 :00 - 11 :00	Zsanett
	SPÉCIAL DOS*	11 :00 - 12 :00	Zsanett
JEUDI 03/07	YOGA**	09 :00 - 10 :00	Hervé
	YOGA*	10 :00 - 11 :00	Hervé
	MUSCU STRETCH**	12 :15 - 13 :15	Cyril
	CROSS TRAINING***	20 :15 – 21 :15	Grégoire
VENDREDI 04/07	PILATES AVANCÉ***	09 :00 - 10 :00	Géraldine
	PILATES**	10 :00 - 11 :00	Géraldine
	QI QONG*	12 :00 - 13 :00	Laurent
SAMEDI 05/07	YOGA**	10 :15 - 11 :15	Hervé

REPRISE DE LA SAISON 2025/2026 À PARTIR DU LUNDI 15 SEPTEMBRE 2025

En attendant, nous vous souhaitons de très bonnes vacances !