










PLANNING PREVISIONNEL * ALBOFITNESS CLUB 2023/2024



Accès est illimité du 11 SEPT AU 13 JUILLET y compris durant la 2ème semaine des vacances scolaires

ALBO FITNESS CLUB	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE	
							10h15-11h00 Cuisses / Abdo / Fessiers 	
							11h15-12h00 CARDIO 	
							Severine	
	18h45-19h30	18h45-19h30		18h45-19h30				
	BodySculpt	Cuisses / Abdo / Fessiers 		Méthode Pilates 				
	19h30-20h30	19h30-20h30		19h30-20h30				
	Cardio			Zumba 				
	20h30-21h15	20h30-21h15		20h30-21h15				
BodyMind	BODY ZEN		Stretching relaxation 					
LINDA	LINDA		Severine					