

GYMNASIUM

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
	 PILATES 9h15-10h				
 FIT BOXE 12h15-13h			 FIT BOXE 12h15-13h		
					GYMNASIUM 9 avenue du Général de Gaulle 90300 Valdoie Accès libre 6-23h 7/7
 CIRCUIT TRAINING 17h30-18h10	 FIT BOXE 17h45-18h30	 FIT BOXE 17h30-18h15	 FIT BOXE 17h45-18h30		
 FIT BOXE 18h15-19h00	 GRAPPLING 18h30-19h45	 CIRCUIT TRAINING 18h15-19h00	 MMA 18h30-19h45		
 BOXE ANGLAISE 19h00 –20h30	 MMA 19h45 –21h00	 BOXE ANGLAISE 19h00 –20h30	 GRAPPLING 19h45 –21h00		
 BOXE THAÏ 19h00 –20h30		 BOXE THAÏ 19h00 –20h30			