

PLANNING septembre à décembre 2024

Horaire	Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi	Samedi
08H00 à 09H00						
09H00 à 10H00	Muscu 4 Max	Boxe 4 Max	Muscu 4 Max	Boxe 4 Max	Muscu 4 Max	Boxe 4 Max
	Entrée libre		Entrée libre		Entrée libre	
10H00 à 11H00	Muscu 4 Max	Boxe 4 Max	Muscu 4 Max	Boxe 4 Max	Muscu 4 Max	Boxe 4 Max
	Entrée libre		Entrée libre		Entrée libre	
11H00 à 12H00	Muscu 4 Max	Boxe 4 Max	Muscu 4 Max	Boxe 4 Max	Muscu 4 Max	Boxe 4 Max
	Entrée libre		Entrée libre		Entrée libre	
12H00 à 12H30						
12H30 à 13H30	Cross Training De 2 à 10 personnes	Boxe Pieds/poings 2 à 10 Personnes	Cross Training De 2 à 10 personnes	Boxe Pieds/poings 2 à 10 Personnes	Cross Training De 2 à 10 personnes	
13H30 à 15H00						
15H00 à 16H00	Muscu 4 Max	Boxe 4 Max	Muscu 4 Max	Boxe 4 Max	Muscu 4 Max	Boxe 4 Max
	Entrée libre		Entrée libre		Entrée libre	
16H00 à 17H00	Muscu 4 Max	Boxe 4 Max	Muscu 4 Max	Boxe 4 Max	Cross Training De 2 à 10 personnes	
	Entrée libre		Entrée libre			
17H15 à 17H30						
17H30 à 18H30	Boxe Pieds/poings 2 à 10 Personnes	Cross Training De 2 à 10 personnes	Boxe Pieds/poings 2 à 10 Personnes	Cross Training De 2 à 10 personnes	Boxe Pieds/poings 2 à 10 Personnes	
18H30 à 18H45						
18H45 à 19H45	Cross Training De 2 à 10 personnes	Boxe Pieds/poings 2 à 10 Personnes	Cross Training De 2 à 10 personnes	Boxe Pieds/poings 2 à 10 Personnes	Cross Training De 2 à 10 personnes	

*Pour des raisons de mise en place d'une formation supplémentaire, Sport & bien-être se réserve le droit de modifier le planning sur le deuxième semestre de l'année scolaire 2024/2025.