

<b>PLANNING SAISON 2022/2023</b> <b>LFR GYM ADULTES</b> <b>MIX GYM - PILATES Mat - STRETCHING</b>						
<b>LUNDI</b>	9.00/10.00 MIX GYM BJ				19.10/20.10 MIX GYM St Alban de Roche	20.30/21.30* MIX GYM/ STRETCHING BJ
<b>MARDI</b>	9.30/10.30 MIX GYM BJ			12.30/13.30 PILATES BJ	19.15/20.15 PILATES BJ	20.15/21.15 PILATES** BJ
<b>MERCREDI</b>	9.00/10.00 PILATES BJ			12.30/13.30 STRETCHING BJ		
<b>JEUDI</b>		9.30/10.30 MIX GYM BJ		12.30/13.30 PILATES BJ		20.00/21.00 PILATES BJ
<b>VENDREDI</b>	9.00/10.00 MIX GYM St Alban de Roche					

\* COURS en balance A CONFIRMER selon le nombre de personnes intéressées  
 \*\* Nouveau cours à confirmer