

# PLANNING DES COURS COLLECTIFS 2024

**FITNESS PARK**

SE DÉPASSER - SE SURPASSER

**BOURGES**

<b>LUNDI</b>	<b>MARDI</b>	<b>MERCREDI</b>	<b>JEUDI</b>	<b>VENDREDI</b>
<b>10h00-11h00</b>	<b>10h00-11h00</b>			
<b>POWER BARRE</b> COACH EMILIE	<b>CIRCUIT TRAINING</b> COACH EMILIE			
<b>11h00-12h00</b>	<b>11h00-12h00</b>		<b>11h00-12h00</b>	<b>11h00-12h00</b>
<b>BODY SCULPT</b> COACH EMILIE	<b>STRETCHING</b> COACH EMILIE		<b>CAF</b> COACH EMILIE	<b>BODY SCULPT</b> COACH JOAN
<b>12h30-13h30</b>		<b>12h30-13h30</b>	<b>12h30-13h30</b>	<b>12h30-13h30</b>
<b>PILATES</b> COACH JOAN		<b>CAF</b> COACH JOAN	<b>POWER BARRE</b> COACH EMILIE	<b>PILATES</b> COACH JOAN
<b>18h00-19h00</b>	<b>18h00-19h00</b>		<b>18h00-18h45</b>	<b>18h00-19h00</b>
<b>CARDIO DANCE</b> COACH JOAN	<b>BODY SCULPT</b> COACH EMILIE		<b>ABDO/RENFO</b> COACH EMELINE	<b>POWER BARRE</b> COACH EMILIE
<b>19h00-20h00</b>	<b>19h00-20h00</b>		<b>18h45-19h30</b>	<b>19h00-20h00</b>
<b>FITNESS</b> COACH EMILIE	<b>STEP DÉBUTANT</b> COACH EMILIE		<b>CARDIO BOXING</b> COACH EMELINE	<b>HIIT</b> COACH EMILIE
	<b>20h00-21h00</b>		<b>19h30-20h15</b>	<b>20h00-20h30</b>
	<b>CIRCUIT TRAINING</b> COACH EMILIE		<b>MIX DANCE ZUMBA</b> COACH EMELINE	<b>RELAXATION</b> COACH EMILIE