



# Planning Piscine couverte



FOS-Agri

	6h 6h45	7h 7h45	8h 8h45	9h 9h45	10h 10h45	11h 11h45	12h 12h45	13h 13h45	14h 14h45	15h 15h45	16h 16h45	17h 17h45	18h 18h45	19h 19h45	20h 20h45
Lundi	FEMMES									HOMMES					
	F1	F2	F3	F4	F5	F6	F7	F8	AQUA GYM	H1	H2	H3	H4	H5	H6
Mardi			HOMMES							FEMMES					
			H1	H2	H3	H4	H5	AQUAGYM	F1	F2	F3	F4	F5	F6	
Mercredi	HOMMES		FEMMES				MIXTE		ECOLE				HOMMES		
	H1	H2	F1	F2	F4	F5	AQUA GYM	M1	E1	E2	E3	E4	H1	H2	H3
Jeudi			HOMMES							FEMMES					
			H1	H2	H3	H4	H5	AQUA GYM	H6	AQUAGYM	F1	F2	F3	F4	F5
Vendredi	HOMMES		FEMMES						HOMMES						
	H1	H2	F1	F2	F3	F4	F5	AQUAGYM	H1	H2	H3	WATER POLO	H4	H5	
Samedi			HOMMES				MIXTE		ECOLE				FEMMES		
			H1	H2	H3	H4	M2	M3	E1	E2	E3	E4	F1	F2	F3
Dimanche	HOMMES		FEMMES			FAMILLE NAGE LIBRE								HOMMES	
	H1	H2	F1	F2	F3	M1	M2	M3	M4	M5	M6	M7	M8	H1	H2



# Planning Fitness



	6H 6H45	7H 7H45	8H 8H45	9H 9H45	10H 10H45	11H 11H45	12H 12H45	13H 13H45	14H 14H45	15H 15H45	16H 16H45	17H 17H45	18H 18H45	19H 19H45	20H 20H45	21H 21H45
Lundi	HOMMES									FEMMES						
	H1	H2	H3	H4	H5	H6	H7	H8	H9	F1	F2	F3	F4	F5	F6	F7
Mardi	FEMMES									HOMMES						
	F1	F2	F3	F4	F5	F6	F7	F8	F9	H1	H2	H3	H4	H5	H6	H7
Mercredi	HOMMES							FEMMES					MIXTE			
	H1	H2	H3	H4	H5	H6	H7	F1	F2	F3	F4	F5	M1	M2	M3	M4
Jeudi	FEMMES									HOMMES						
	F1	F2	F3	F4	F5	F6	F7	F8	F9	H1	H2	H3	H4	H5	H6	H7
Vendredi	HOMMES									FEMMES						
	H1	H2	H3	H4	H5	H6	H7	H8	H9	F1	F2	F3	F4	F5	F6	F7
Samedi	FEMMES							HOMMES					MIXTE			
	F1	F2	F3	F4	F5	F6	F7	H1	H2	H3	H4	H5	M1	M2	M3	M4
Dimanche	HOMMES					MIXTE								FEMMES		
	H1	H2	H3	H4	H5	M1	M2	M3	M4	M5	M6	M7	M8	F1	F2	F3



1. BODY ATTACK ; 2. BODY SCULPT ; 3. RENFORCEMENT ; 4. ABDO ; 5. YOGA.

1. DANSE ORIENTALE ; 2. ZUMBA ; 3. RENFORCEMENT ; 4. STEP ; 5. L.I.A ; 6. YOGA ; 7. ABDO ; 8. GYM DOUCE



# Planning cours collectifs Fitness



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
10H-10H45	BODY ATTACK	L.I.A	ABDOS	STEP	YOGA	
11H-11H45						DANSE ORIENTALE
17H-17H45	ABDOS RENFORCEMENT	BODY SCULPT	ZUMBA	RENFORCEMENT	YOGA/GYM DOUCE	ABDOS

-  Cours 100 % femmes
-  Cours 100 % hommes