

Planning Matinées fitness 2022

DATES ET LIEUX	1^{ER} COURS 10h-11h	2ND COURS 11h15-12h15
15 MAI Plateau EPS Jazy	AEROBIC VITA CLUB MYRIAM / RENFORCEMENT MUSCULAIRE	AEROBIC VITA CLUB MYRIAM / ZUMA
22 MAI Plateau EPS Jazy	BUSSY GYMS NADIA / YOGA	BUSSY GYMS VERONIQUE / ZUMBA
29 MAI Plateau EPS Jazy	FRANCINE TRAN CONG/ QIQONG	LUDIVINE / POWER DANCE
5 JUIN Plateau EPS Herzog	Studio Pilates*Garuda ISABELLE/ GARUDA	BUSSY GYMS ISABELLE / STRONG BY ZUMBA
12 JUIN Plateau EPS Herzog	AEROBIC VITA CLUB MYRIAM/ RENFORCEMENT MUSCULAIRE	AEROBIC VITA CLUB MYRIAM/ ZUMBA
19 JUIN Plateau EPS Herzog	AEROBIC VITA CLUB ANITA / STRECHING	AEROBIC VITA CLUB ANITA / CROSS TRANING
26 JUIN Plateau EPS Herzog	Studio Pilates*Garuda ISABELLE/ GARUDA	BUSSY GYMS VERONIQUE / ZUMBA
3 JUILLET Théâtre de Verdure	POLYDANCE SANDRINE / STRONG NATION	POLYDANCE SANDRINE / ZUMBA
10 JUILLET Théâtre de Verdure	FRANCINE TRAN CONG/ QIQONG	LUDIVINE / POWER DANCE
17 JUILLET Théâtre de Verdure	AEROBIC VITA CLUB ANITA / STRECHING, PILATES, RENFORCEMENT MUSCULAIRE	AEROBIC VITA CLUB ANITA / CARDIO FITNESS, HIIT CARDIO TABATA
24 JUILLET Théâtre de Verdure	Studio Pilates*Garuda	BUSSY GYMS ISABELLE /STRONG BY ZUMBA

	ISABELLE/ GARUDA	
31 JUILLET Théâtre de Verdure	Studio Pilates*Garuda ISABELLE/ GARUDA	BUSSY GYMS VERONIQUE / ZUMBA
7 AOUT Théâtre de Verdure	FRANCINE TRAN CONG/ QIQONG	BYSSY GYMS VERONIQUE/ZUMBA
14 AOUT Théâtre de Verdure	AEROBIC VITA CLUB ANITA / STRECHING, PILATES, RENFORCEMENT MUSCULAIRE	AEROBIC VITA CLUB ANITA/ CARDIO FITNESS, HIIT CARDIO TABATA
21 AOUT Théâtre de Verdure	AEROBIC VITA CLUB FLORENCE / STRECHING, PILATES, RENFORCEMENT MUSCULAIRE	BUSSY GYMS VERONIQUE/ZUMBA
28 AOUT Théâtre de Verdure	POLYDANCE SANDRYNE / STRONG NATION	POLYDANCE SANDRYNE / ZUMBA
4 SEPTEMBRE Plateau EPS Herzog	AEROBIC VITA CLUB FLORENCE / STRECHING, PILATES, RENFORCEMENT MUSCULAIRE	AEROBIC VITA CLUB ANITA / CARDIO FITNESS, HIIT CARDIO TABATA
11 SEPTEMBRE Plateau EPS Herzog	FRANCINE TRAN CONG/ QIQONG	POLYDANCE SANDRYNE LOPY/ ZUMBA