

Planning Centre Roosevelt Vacances Noël 2017 (du samedi 23/12 au mardi 02/01)

	Lundi			Mardi			Mercredi			Jeudi			Vendredi			Samedi			Dimanche	
	Piscine	Gymnase	Cardio	Piscine	Gymnase	Out Cardio	Piscine	Gymnase	Cardio	Piscine	Gymnase	Cardio	Piscine	Gymnase	Cardio	Piscine	Gymnase	Out Cardio	Piscine	Cardio
8h																				
9h				8h30 Aquabike libre			8h30 Aquabike libre			8h30 Aquabike libre	8h45 Stretching		8h30 Aquabike libre							
10h				9h15 Aquabike minceur			9h15 Aquabike libre			9h15 Aquabike minceur			9h15 Aquagym					9h Aquabike minceur		
11h				10h15 Aqua fitness			10h15 Aquabike tonique			10h15 Aquagym	9h45 Pilates 1		10h15 Aquabike libre					10h Aquabike tonique		
12h				11h Aquabike libre			11h Aquabike libre			11h Aquabike libre			11h Aquabike libre					10h Marche active		
13h				12h15 Aqua CAF	12h15 Pilates 2		11h45 Aquabike libre			12h15 Aqua fitness	12h15 Pilates 1		12h15 Aquabike tonique							
14h				13h30 Natation Scolaire			12h30 Aquabike minceur			13h30 Aquabike libre			13h30 Natation Scolaire							
15h							13h30 Aquabike libre			15h Aquabike libre			15h Aquabike libre							
16h				16h15 Aquabike libre			15h Aquabike libre			16h Natation enfants	16h15 Aquabike libre		16h15 Aquabike libre							
17h				17h15 Aquabike libre			16h15 Aquabike libre			17h Natation enfants	17h15 Aquabike libre	17h école dos	17h15 Aquabike libre							
18h				18h15 Aquabike libre	18h Abdo en douceur		17h15 Aquabike libre			18h15 Natation adultes		18h Circuit renfo	18h15 Aquabike libre							
19h				19h15 Aquabike minceur	19h Pilates 1		18h15 Natation adultes			19h15 Aqua CAF		19h Pilates 3	19h15 Aquabike minceur							
20h				20h15 Aquabike tonique	20h15 Stretching		19h15 Aqua CAF			20h15 Aquabike tonique	20h15 Stretching		20h15 Aquabike tonique							
21h																				

cours
supprimés

CENTRE
ROOSEVELT
la santé par le mouvement

Tél : 04.50.33.25.30

www.centre-roosevelt.com