


HORAIRES JUILLET:

LUNDI :	9h - 22h
MARDI :	9h - 22h
MERCREDI :	12h - 22h
JEUDI :	9h - 22h
VENDREDI :	9h - 21h
SAMEDI :	10h - 13h
DIMANCHE :	10h - 12h30







PLANETE FORME

42 Place René Goblet

	MERCREDI
18h00	BIKING 30 min
18h45	BIKING 30 min

PLANETE GYM

24 rue Victor Hugo

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
10h15						FAC
11h00						Power pump (45 min)
12h15	Aero fit'	Gym-ball	FAC	Power pump	Cardio step	
13h00 (15 min)	Abdo - taille	Relaxation	Stretching	Abdo-taille	Stretching	
18h00	Power pump	Cardio step	FAC	Power pump	FAC	
18h45	LIA	Gym ball	Power pump	Step	Power pump	
19h30	FAC (45 min)	Power pump (45 min)	Step (45 min)	Stretching (30 min)	Relaxation (30 min)	