

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE ET MIEUX ÊTRE



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
A M		HIIT 7h à 7h45 00142 Simon		Kin Express 7h15 à 8h 00142 Simon	
P M	Cond. en gymnase 40 min Lu et Me 12h10 à 12h50 00141 Simon	Cond. physique printanier Ma et Je 12h10 à 13h05 00143 Simon	Cond. en gymnase 40 min Lu et Me 12h10 à 12h50 00141 Simon	Cond. physique printanier Ma et Je 12h10 à 13h05 00143 Estelle	Kin Express 12h15 à 13h 00142 Pierre-Olivier (Aussi en séance à la pièce, voir KinFit)
	Cond. physique printanier Lu et Me 17h30 à 18h25 00143 J. François	Bootcamp extérieur 17h00 à 18h00 Extérieur Julien	Cond. physique printanier Lu et Me 17h30 à 18h25 00875 J. François	HIIT 17h30 à 18h30 00142 Julien	
	Cross Circuit 17h30 à 18h45 00142 Simon		Ent. extrême extérieur 17h30 à 18h30 Extérieur - Simon		Triathlon débutant/intermédiaire Lu-Me-Ve ou Me-Ve 18h00 à 19h30 (vélo) 00151 Chantal
	Triathlon débutant/intermédiaire Lu-Me-Ve 19h35 à 20h30 (natation) 1835 Chantal		Triathlon débutant/intermédiaire Lu-Me-Ve ou Me-Ve 18h00 à 19h30 (course) Extérieur Chantal	Entraînement extrême 19h45 à 20h45 Ext ou 00875 - Simon	

L'intervenante peut changer sans préavis

Veillez consulter le site WEB du PEPS afin de connaître les dates de début et de fin ainsi que les remarques associées pour chacune des activités.