

PLANNING VALSERHONE À PARTIR DU 4 AOÛT 2025

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
9:00						
10:00	CAF	LES MILLS BODYPUMP	BODY SCULPT	CAF	WOD	BODY SCULPT
11:00	CIRCUIT TRAINING	WOD	STRETCH	WOD	BODY SCULPT	CARDIO SURPRISE
12:15	WOD					
18:00	LES MILLS BODYCOMBAT	CAF	WOD	BIKE	STEP	
19:00	WOD	LIA	 ZUMBA	WOD	LES MILLS BODYPUMP	