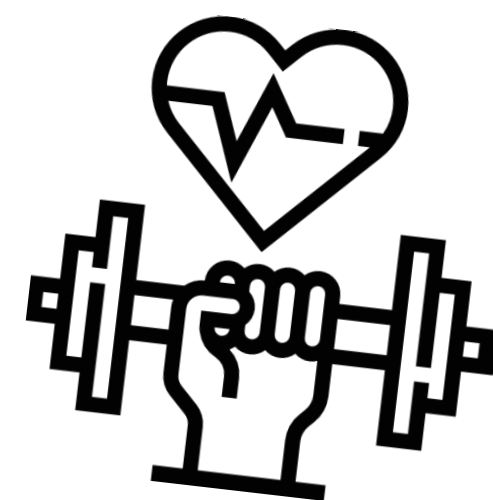




PLANNING DES ANIMATIONS



LUNDI 04 MARS :

- 12h15-13h00 : circuit cardio "petits matériels"
- 17h45-18h30 : circuit "découverte machines" haut du corps

MARDI 05 MARS :

- 18h00-18h45 : circuit cardio "cuisses-abdos-fessiers"
- 17h45-18h15 : rendez-vous Bien-Etre Alimentation
- 18h30-19h15 : rendez-vous Bien-Etre Alimentation

MERCREDI 06 MARS :

- 10h00-10h45 : circuit "découverte machines" - bas du corps
- 12h15-13h00 : circuit training "running"
- 17h45-18h30 : HIIT training géant
- 19h00-20h30 : soirée débat sur l'Endométriose

15h-21h : présence de l'association



JEUDI 07 MARS :

- 17h45-18h30 : circuit "découverte machines" - haut du corps



VENDREDI 08 MARS :

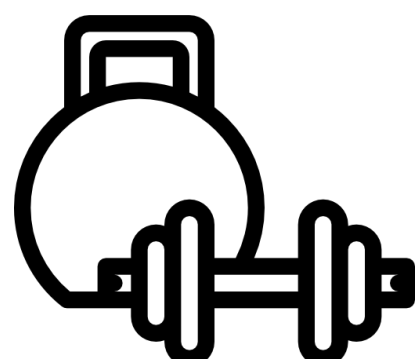
- 17h45-18h15 : rendez-vous Bien-Etre Alimentation
- 18h30-19h15 : rendez-vous Bien-Etre Alimentation
- 18h15-19h00 : circuit "découverte machines" - bas du corps
- 19h15-20h00 : circuit cardio "petits matériels"



Inscription(s) sous forme de dons

à l'accueil du JUDO CLUB

// PLACES LIMITEES //



72, Rue des Martyrs de la Résistance 76120 GRAND-QUEVILLY