

## Planning Août 2022

### Semaine du 1er au 7 août

Ouverture sur les heures de cours.

L'institut est ouvert mardi, vendredi et samedi ! La salle est ouverte sur ces jours là.

Lundi 1	Mardi 2	Mercredi 3	Jeudi 4	Vendredi 5	Samedi 6
	Bliss danse 12h30-13h30	Full-body 12h30-13h15		Abdos 12h30-13h	Ouverture 10h-18h Accès libre
				Cardio boxe 13h-13h30	
Fessiers 18h30-19h	Cross-training 18h30-19h15	fessiers 18h30-19h	Cardio-boxe 18h30-19h15	Full-body & stretch 17h45-18h45	
Body power 19h-19h30	CAF 19h15-20h	19h-19h30 HIIT			

### Semaine du 8 au 14 août

Ouverture sur les heures de cours. L'institut est fermé.

Mardi 9	Mercredi 10	Vendredi 12
Afro-latino danse 18h30-19h30	Abdos 18h30-19h	Full-body 18h15-19h
CAF 19h30-20h	HIIT 19h-19h30	

Semaine du 15 au 24 août - La salle est fermée

Semaine du 25 au 27 août Réouverture de la salle et de l'institut.

Jeudi 25	Vendredi 26	Samedi 27
Bliss danse 12h30-13h30	Abdos 12h30-13h	Afro latino danse 10h15-11h15
Fermeture 13h45- 15h	Cardio boxe 13h-13h30	CAF 11h15-12h
CAF 18h-18h45		
Boxing 18h45-19h30	18h-19h Full-body & stretch	