

PLANNING DES COURS COLLECTIFS

9H15	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	9H15	
9H30					Sculpt Barre Elodie	Pilates Tom	9H30	
9H45	Fitball Elodie	Step Cardio Elodie	Fitball Elodie	Circuit Training + Abdos Elodie			9H45	
10H00						FAC Tom	10H00	
10H15							10H15	
10H30	FAC Elodie	Total Body Elodie	CFAP Caroline	FAC Elodie	CFAP Caroline		10H30	
10H45							10H45	
11H00						Total Body Willy	11H00	
11H15		Spécial dos Elodie	Hatha Yoga Caroline	Stretching Elodie	Hatha Yoga Caroline		11H15	
11H30	Hatha Yoga Caroline							11H30
11H45							11H45	
12H00		HIIT Elodie		Pilates débutant Elodie		Stretching Willy	12H00	
12H15								12H15
12H30							12H30	
12H45	Stretching Caroline	Wod Elodie	FAC Willy	HIIT Caroline	Total Body Willy	CURIE FITNESS & TRAINING 6 h - 23 h 7 jours / 7 curiefitnesstraining.fr cmcurie@hotmail.fr	12H45	
13H00								
13H15							13H15	
15h45								
16h00	Pilates Tom	Pilates Tom		Pilates Tom			15h45	
16h15								16h00
16h30							16h15	
16h45			Renforcement musculaire Elodie				16h30	
17h00							16h45	
17H15							17h00	
17H30		HIIT Caroline					17H15	
17H45	Wod Elodie							17H30
18H00			LIA Willy	FAC Willy				17H45
18H15								18H00
18H30		Total Body Caroline			Total Body Willy		18H15	
18H45								18H30
19H00	Sculpt Barre Elodie		HIIT Elodie	Total Body Willy			18H45	
19H15							Abdos Flash Willy	19H00
19H30		Hatha Yoga Caroline		Stretching Willy				19H15
19H45							19H30	
19H45	Step willy	Hatha Yoga Caroline	Zumba Mélanie	Abdos Flash Willy			19H45	
20H00								
20H15		Zumba Mélanie					20H15	
20H30								20H30
20H45						20H45		
21H00						21H00		

PLANNING DES PRESENCES EN CARDIO-MUSCULATION

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi					
9H15						9H15				
9H30	Caroline	Caroline		Caroline	Caroline	9H30				
9H45						9H45				
10H00						10H00				
10H15						10H15				
10H30						10H30				
10H45	Elodie	Caroline	Elodie	willy	Elodie	10H45				
11H00			willy		Willy	11H00				
11H15						11H15				
11H30						11H30				
11H45						11H45				
12H00					12H00					
12H15						12H15				
12H30						12H30				
14H00	Willy			Elodie		14H00				
14H15						14H15				
14H30						14H30				
14H45						14H45				
15H00						15H00				
15H15						15H15				
15H30						15h30				
15H45						15h45				
16H00						16h00				
16H15						16h15				
16H30						16h30				
16H45						16h45				
17H00									17h00	
17H15							Willy		17H15	
17H30							Elodie		Willy	17H30
17H45									17H45	
18H00									18H00	
18H15			18H15							
18H30			18H30							
18H45					18H45					
19H00			Willy			19H00				
19H15						19H15				
19H30						19H30				
19H45					Willy	19H45				
20H00						20H00				
20H15				Willy		20H15				
20H30						20H30				
20H45	Willy				20H45					
21H00						21H00				

CURIE
FITNESS
&
TRAINING

6 H - 23 H
7 jours / 7

13
RUE
TANGUY
PRIGENT

22950
TREGUEUX

cccurie@hotmail.fr

curiefitnessstraining.com

0950013263