

PLANNING DE L'ATELIER SPORT



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
07h30-08h15  CYCLING	09h00-10h00  STRECHING				
9h00-10h00  YOGA	10h00-10h30  ABDOS				10h30-11h30  LES FOULEES
10h30-11h30  PILATES	10h30-11h15  RENFORCEMENT MUSCULAIRE		11h15-12h00  RENFORCEMENT MUSCULAIRE		
	11h15-12h00  STRECHING		12h00-12h45  PILATES		
12h30-13h15  MOBILITY	12h30 -13h30  CIRCUIT INTEGRAL		12h45-13h30  PILATES	12h30 -13h30  CIRCUIT INTEGRAL	
18h45-19h30  STEP		18h45-19h30  CYCLING			
19h30-20h30  YOGA	19h15-20h00  CYCLING	19h30-20h30  YOGA	19h15-20h00  CYCLING		

L'ATELIER SPORT
34 rue des Paradoux
31000 Toulouse
06.64.92.48.78

www.latelier-sport.fr

HORAIRES OUVERTURE
Lundi au vendredi : 7h-21h
Samedi : 8h00-13h30