

LAETITIA FORME DU 06.04 AU 24.04

LUNDI

9H15-10H
RENFO
DYNAMIQUE

~~11H15-12H
INITIATION
RUNNING~~

12H15-13H
RENFO
DOUX

18H-18H45
CAF

19H-19H45
RENFO
DOUX

20H-20H45
FITNESS
DANSE

MARDI

9H30-10H30
FITNESS
MAMAN

11H-12H
GYM
DETENTE

~~12H15-13H
PILATES~~

18H-18H45
RENFO
DOUX

19H-19H45
CARDIO
BOXE

MERCREDI

17H-17H45
ADOS
MOOVE

18H-18H45
STRETCH.

19H-19H45
CARDIO
HIIT

20H-20H45
FITNESS
DANSE

JEUDI

9H30-10H30
RENFO
DYNAMIQUE

11H-12H
GYM
DETENTE

12H15-13H
STRETCH.

~~12H15-17H
RUNNING
5KM~~

18H-18H45
CARDIO
RENFO.

19H-19H45
CAF

VENDREDI

12H15-13H
CAF

14H-14H45
RENFO
DOUX

~~14H30-15H30
STRETCH.
ROCK~~

SAMEDI

10H15-11H15
BODY
RING

~~11H15-12H15
MARCHÉ
SPORTIF~~



 EXTERIEUR
(DOODLE)

 VISIO ZOOM
(PAGE WEB)

POUR LES COURS SUR LE PARKING :

LA RÉSERVATION EST OBLIGATOIRE SUR LES DOODLE
WWW.LAETITIA-NANTES.FR/SEANCESEXTERIEURES/

SI PLUIE OU VENT, LES COURS PARKING
PASSENT EN VISIO ZOOM!