

PLANNING à/c de SEPTEMBRE 2025
SAVATE CLUB VALENTINE: SECTION FITNESS - MUSCULATION
153 ROUTE DES 3 LUCS 13011 MARSEILLE FRED 06 20 56 07 14 /CLUB 04 91 93 72 03

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
<u>OUVERTURE 9H</u>	<u>OUVERTURE 9H</u>	<u>OUVERTURE 9H</u>	<u>OUVERTURE 9H</u>	<u>OUVERTURE 9H</u>	<u>OUVERTURE 9H</u>
9H30-10H30 GYM BALL SANJEEV	9H30-10H15 CAF GILLES 10h15-11 h00 Stretching Posturale GILLES	9H30-10H30 BODY BARRE SANJEEV 10H30 – 11H30 PILATES SANDY	9H30-10H30 GYM TRADITIONNELLE SANJEEV	9H30-10H30 GYM POSTURALE GILLES	10H – 11H ZUMBA ELODIE
					11h – 12H PILATES-STRETCHING- SOPHROLOGIE SANDY/GILLES
<u>FERMETURE 12H</u>	<u>FERMETURE 12H</u>	<u>FERMETURE 12H</u>	<u>FERMETURE 12H</u>	<u>FERMETURE 12H</u>	<u>FERMETURE 12H</u>
<u>REOUVERTURE 17H</u>	<u>REOUVERTURE 17H</u>	<u>REOUVERTURE 16H</u>	<u>REOUVERTURE 17H</u>	<u>REOUVERTURE 17H</u>	CAF = CARDIO ABDOS FESSIERS
18H 00– 18H50 BODY BARRE SANJEEV	18H-19H FULL BODY ANGELIQUE	18H – 19H CAF SANJEEV	18H – 19H CIRCUIT TRAINING STEP ANGELIQUE	18H – 19H BODY-SCULPT SANJEEV	
18H 50– 19H35 FIT BOXING SANJEEV	19H-19H45 TRAMPOLINE ANGELIQUE	19H – 20H ZUMBA ELODIE			
TRIMESTRE	ANNEE	MOIS		Ancien adhérent remise -10 % Accès à la salle de musculation compris dans votre abonnement	
180€	395 €	80 €			
Le tarif a été calculé au plus juste, il est unique et donne accès à tous les cours					