IMPRESSION	% ⊹ ©	NC	-SO	EL)	E E	IO SS)
RECTO / VERSO	BAS [2]		BD RS		MEN MRI MRI eric	RD III
AGNE	HAUT - BAS (ELASTIQUE- POIDS-TAPIS)	STEP MUSCULATION (STEP)	CUISSES-ABDOS FESSIERS (TAPIS)	"H.I.I.T." MOUVEMENTS ATHLETIQUES (tout le MATERIEL)	"PUMP" - REN FORCEMENT MUSCULAIRE (tout le matériel)	STEP - CARDIO (STEP + POIDS)
Calendrier des cours de 19 h	HAI SLA	S JSC (S	ISS FE	OUT THI	"P SNF MUS out	EP
<u>2022/2023</u>	(H)	MI	CO	M A' (to	R E	ST (S1
mercredi 7 septembre 2022						
mercredi 14 septembre 2022						
mercredi 21 septembre 2022						
mercredi 28 septembre 2022						
mercredi 5 octobre 2022						
mercredi 12 octobre 2022						
mercredi 12 octobre 2022				ou PILATI	ES	
Vacances scolaire	es - toutes le	s zones - du	lundi 24/10	-		
mercredi 9 novembre 2022			1	1		
mercredi 16 novembre 2022						
mercredi 23 novembre 2022	<u> </u>					
mercredi 30 novembre 2022	<u> </u>					
mercredi 7 décembre 2022						
mercredi 14 décembre 2022				ou PILATI	70	
mercredi 14 decembre 2022				Ou I ILAII		
Vacances scolaires Noël - toutes les zones - du lundi 19/12/2022 au lundi 02/01/2023						
mercredi 4 janvier 2023						
mercredi 11 janvier 2023						
mercredi 18 janvier 2023						
mercredi 25 janvier 2023						
mercredi 01 février 2023						
mercredi 08 février 2023			ou PILAT	TES		
Vacances scolair	es hiver zo	ne B: du lu	mdi 13/2/23	au dimanche	26/2/2023)
mercredi 1er mars 2023						
mercredi 8 mars 2023						
mercredi 15 mars 2023						
mercredi 22 mars 2023						
mercredi 29 mars 2023						
mercredi 5 avril 2023						
mercredi 12 avril 2023			ou PILAT			
Vacances scolaires P	rintemps - z	one B - du	lundi 17/04	4/2023 au lun	di 1er/05/2	2023
mercredi 03 mai 2023						
mercredi 10 mai 2023						
mercredi 17 mai 2023						
Pon	t de l'Ascens	sion = du 18	/05/2023 at	u 21/05/202 3		
mercredi 24 mai 2023						
mercredi 31 mai 2023						
mercredi 7 juin 2023						
mercredi 14 juin 2023						
mercredi 21 juin 2023			ou PILAT	TES -		
mercredi 28 juin 2023		DINI	ER DE FI	N D'ANNI	EE SPOR	TIVE
111c1 c1 cui 20 Juiii 2023						

Grandes vacances, pour toute la France, du samedi 8 juillet 2023 au ???

Attention aux périodes de congés!





L)	
TRAINI	
TRCUIT (Tout le	

IMPRESSION RECTO/VERSO AGNE Calendrier des cours de 20h 00 2022 / 2023 mercredi 7 septembre 2022 mercredi 14 septembre 2022 mercredi 21 septembre 2022 mercredi 28 septembre 2022	MOUVEMENTS ATHETIQUES (tout le MATERIEL)	"PUMP" RENFORCEMENT MUSCULAIRE (tout le MATERIEL)	STEP - CARDIO (STEP + POIDS)	CIRCUIT TRAINING (Tout le MATERIEL)	STEP MUSCULATION (STEP)	CUISSES-ABDOS- FESSIERS (TAPIS)
mercredi 5 octobre 2022 mercredi 12 octobre 2022 mercredi 19 octobre 2022 Vacances scolaires mercredi 9 novembre 2022	s-toutes les	s zones - du l	undi 24/10	au dimancl	ne 6/11/202	2
mercredi 16 novembre 2022 mercredi 23 novembre 2022 mercredi 30 novembre 2022 mercredi 7 décembre 2022 mercredi 14 décembre 2022						
wercredi 4 janvier 2023 mercredi 11 janvier 2023 mercredi 18 janvier 2023 mercredi 25 janvier 2023 mercredi 01 février 2023 mercredi 08 février 2023	bël - toutes I	es zones - du	1 lundi 19/12	2/2022 au lu	indi 02/01/	2023
wercredi 1er mars 2023 mercredi 8 mars 2023 mercredi 15 mars 2023 mercredi 22 mars 2023 mercredi 29 mars 2023 mercredi 5 avril 2023	es hiver zon	ne B: du lu	ndi 13/2/23	au dimanch	e 26/2/202	3)
		one B - du l				(2023
mercredi 24 mai 2023 mercredi 31 mai 2023 mercredi 7 juin 2023 mercredi 14 juin 2023 mercredi 21 juin 2023 mercredi 28 juin 2023 mercredi 5 juillet 2023			R DE FIN			

Grandes vacances, pour toute la France, du jeudi 7 juillet 2022 au Mercredi 31 aout 2022

Attention aux périodes de congés!

HAUT - BAS (ELASTIQUE-	POIDS-TAPIS)			
HAUT - BAS	(ELASTIQUE-			
	HAUT - BAS			