



HAPPY TEAM FIT - PLANNING COURS 2025-2026

Tous les adhérents ont accès à la salle de musculation sur les horaires libres à partir de 18 ans

LES COACHS SONT VALIDES FORME SANTE ET CEUX DE SPORT SANTE SONT EDUCATEURS SPORT SANTE MALADIES CHRONIQUES PAR L'ARS



COURS	LUNDI	MARDI			MERCREDI		JEUDI		VENDREDI		SAMEDI
	salle muscu stade	salle muscu stade	Salle Copernic	Maison des associations	salle muscu stade	halle des sports	salle muscu stade	halle des sports	salle muscu stade	salle Chaplin? Espace Brocéliande	salle muscu stade
ACCES LIBRE MUSCU	16h - 18h et 20h-21h	16h-17h45			16h - 18h		16h - 18h15		16h - 17h30		9h-12h

CIRCL MOBILITY (nouveau)						19h30-20h30 Jillian					
Circuit training					20h - 21h Jacky						
FITNESS			18H15-19H15 Alexis								
			19H20-20H20 Alexis								
GYM SOFT Zumba										10h45-11h45 Jacky	
HIIT					19h - 20h Jacky						
									12h15 - 13h15 (Pam) Jacky		
Muscu encadrée							18h25-19h25 Claire				
		10h-11h (Pam) - Jillian			18h - 19h Jacky		19h30-20h30 Claire				
PILATES				19h30 - 20h30 (Pam) Margaux				19h - 20h (Pam) Margaux			
STRONG (nouveau)								20h - 21h Jillian			
ZUMBA						18h30-19h30 Jillian					
ZUMBINi (3-5 ans) - ZUMBA KIDS (6-12 ans)						16h45-17h45 Jacky sous réserve effectif					
SPORT SANTE MALADIES CHRONIQUES NOUS CONTACTER (coachs validés sport santé)	18h - 19h Claire				9h30- 10h30 Margaux		9h30- 10h30 Pam		9h30- 10h30 (Pam) Margaux		
	19h - 20h Claire				10h45- 11h45 Margaux		10h45- 11h45 Pam		10h45- 11h45 (Pam) Margaux		

Alexis

JILLIAN

CLAIRE

MARGAUX

PAMELA (Jillian / Margaux)

JACKY