



HAPPY TEAM FIT - PLANNING COURS 2026-2027

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	Gymnase de Fontenay	salle muscu stade	halle des sports	salle muscu stade	salle Chaplin? Espace Brocéliande	salle muscu stade
ACCES LIBRE MUSCU	16h - 18h	16h-17h45			16h - 18h		16h - 18h15		16h - 17h30		9h-12h

CIRCL MOBILITY						19h30-20h30 Jillian					
Circuit training					20h - 21h Jacky						
FITNESS			18H15-19H15 Jacky								
			19H20-20H20 Jacky								
GYM SOFT Zumba										10h45-11h45 Jacky	
HIIT					19h - 20h Jacky						
									12h15 - 13h15 Jacky (Pam)		
Muscu encadrée							18h15-19h15 Claire				
		10h-11h Lise (Pam)			18h - 19h Jacky		19h20-20h20 Claire				
PILATES				19h15 - 20h15 Albin (Pam)				18h45 - 19h45 Margaux (Pam)			
STRONG								19h45 - 20h45 Jillian			
ZUMBA						18h30-19h30 Jillian					
SPORT SANTE MALADIES CHRONIQUES NOUS CONTACTER (coachs validés sport santé)	18h - 19h Claire				9h30- 10h30 Margaux				9h30- 10h30 Margaux (Pam)		
	19h - 20h Claire				10h45- 11h45 Margaux				10h45- 11h45 Margaux (Pam)		

JILLIAN	CLAIRE	MARGAUX	Albin /Lise / Margaux/ Jacky (Pam)	JACKY
---------	--------	---------	--	-------