

Planning Fitness

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
BE POWER 12H30-13H30 ESU Bongraine Didier	CARDIO/RENFORCEMENT 12H30-13H30 ESU Bongraine Léa	CAF 12H30-13H30 ESU Bongraine Amanda	STRETCHING 12H30-13H30 ESU Bongraine Didier	PILATES 12H30-13H30 ESU Bongraine Didier
YOGA 12H30-13H30 Bongraine Halle 1 Sophie	CROSSFIT 12H30-13H30 Salle Musculation Laurent	YOGA 12H30-13H30 Bongraine Halle 1 Sophie	CROSSFIT 12H30-13H30 Salle Musculation Laurent	
	CROSSFIT débutants 17H30-18H30 Salle Musculation Didier			
STRONG 18H00-19H00 ESU Bongraine Amanda		CAF 18H00-19H00 ESU Bongraine Amanda		CROSSFIT 18H-19H Salle Musculation Didier
ZUMBA 19H00-20H00 ESU Bongraine Amanda				

www.univ-larochelle.fr/vie-etudiante/sport/