

PLANNING

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI		SAMEDI	DIMANCHE
6h30 - 7h30	WOD	WOD	WOD	GYMNASTIQUE	WOD			
7h30 - 8h30	WOD	GYMNASTIQUE	WOD	WOD	HALTÉROPHILIE			
11h45 - 12h45	WOD		GYMNASTIQUE		WOD	9h00 - 10h00	FONDATIONS HALTÉROPHILIE & GYMNASTIQUE	FONDATIONS THÉORIE, PÉDAGOGIE & WOD
12h15 - 13h15		WOD		HALTÉROPHILIE		10h00 - 11h00		
12h45 - 13h45	WOD		GYMNASTIQUE		WOD	11h00 - 12h00	TEAM WOD	
13h15 - 14h15		WOD		WOD		11h00 - 12h30		HYROX
14h00 - 15h00	OPEN GYM				OPEN GYM	12h00 - 13h00	TEAM WOD	
15h00 - 16h00	OPEN GYM		OPEN GYM	OPEN GYM	OPEN GYM	12h30 - 14h00		HYROX
16h00 - 17h00	OPEN GYM		OPEN GYM	OPEN GYM	OPEN GYM			
17h00 - 18h00	WOD	WOD	WOD	WOD	WOD			
18h00 - 19h00	HALTÉROPHILIE	WOD	WOD	WOD	WOD			
19h00 - 20h00	WOD	GYMNASTIQUE	WOD	WOD	HALTÉROPHILIE			
20h00 - 21h00	WOD	WOD	WOD	WOD	WOD			
21h00 - 22h00	WOD							