

ESPACE FORME

Planning Fitness Vacances de la Toussaint du 26 octobre au 1er novembre 2026

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
8h30-19h30	8h30-19h30	8h30-19h30	8h30-19h30	8h30-19h30	9h30-12h30 14h30-18h00	9h30-12h45
10H00 CAF	10H00 BODY ZEN	10H TOTAL BODY	10H CIRCUIT TRAINING	10H00 LIA débutant		
12H15 TOTAL BODY	12H15 STEP	12H15 CAF	12H15 CYCLING	12H15 BODY ZEN		
18H30 TOTAL BODY	18H30 CAF	18H30 LIA	18H30 BODY BARRE	18H30 CIRCUIT TRAINING		

Dimanche
1er novembre

Ouverture
de la salle:
9h30 à 12h45



Ti Dour
Espace aqualudique
Lannion

Planning non contractuel