

LUNDI **MARDI** **MERCREDI** **JEUDI** **VENDREDI** **SAMEDI**

| | CROSSFIT | CROSSFIT | CROSSFIT | CROSSFIT | CROSSFIT | CROSSFIT |
|-----|-----------------|-----------------|----------------------|-----------------|-----------------|-----------------|
| 8H | | | | | | |
| 15 | | | | | | |
| 30 | | | | | | |
| 45 | | | | | | |
| 9H | | | | | | |
| 15 | 9h00 - 10h00 | 9h00 - 10h00 | 9h00 - 10h00 | 9h00 - 10h00 | 9h00 - 10h00 | |
| 30 | WOD | WOD | WOD | WOD | WOD | |
| 45 | | | | | | |
| 10H | | | | | | 9h30 - 10h30 |
| 15 | | | | | | WOD |
| 30 | | | | | | |
| 45 | | | | | | 9h30 - 10h30 |
| 11H | | | | | | WOD |
| 15 | | | | | | |
| 30 | | | | | | |
| 45 | | | | | | |
| 12H | | | | | | |
| 15 | 12h15 - 13h00 | 12h15 - 13h00 | 12h15 - 13h00 | 12h15 - 13h00 | 12h15 - 13h00 | |
| 30 | WOD | WOD | WOD | WOD | WOD | |
| 45 | express | express | express | express | express | |
| 13H | | | | | | |
| 15 | | | | | | |
| 30 | | | | | | |
| 45 | | | | | | |
| 14H | | | 13h30-14h50 | | | |
| 15 | | | CROSSFIT KIDS | | | |
| 30 | | | 12 à 15 ans | | | |
| 45 | | | 14h50-15h50 | | | |
| 15H | | | CROSSFIT KIDS | | | |
| 15 | | | 7 à 11 ans | | | |
| 30 | | | 15h50-16h50 | | | |
| 45 | | | CROSSFIT KIDS | | | |
| 16H | | | 4 à 6 ans | | | |
| 15 | | | | | | |
| 30 | | | | | | |
| 45 | | | | | | |
| 17H | | | | | | |
| 15 | 17h15 - 18h15 | 17h15 - 18h15 | 17h15 - 18h15 | 17h15 - 18h15 | 17h15 - 18h15 | |
| 30 | WOD | WOD | WOD | WOD | WOD | |
| 45 | | | | | | |
| 18H | | | | | | |
| 15 | 18h15 - 19h15 | 18h15 - 19h15 | 18h15 - 19h15 | 18h15 - 19h15 | 18h15 - 19h15 | |
| 30 | WOD | WOD | WOD | WOD | WOD | |
| 45 | | | | | | |
| 19H | | | | | | |
| 15 | 19h15 - 20h15 | 19h15 - 20h15 | 19h15 - 20h15 | 19h15 - 20h15 | 19h15 - 20h15 | |
| 30 | WOD | WOD | WOD | WOD | WOD | |
| 45 | | | | | | |
| 20H | | | | | | |
| 15 | | | | | | |
| 30 | | | | | | |
| 45 | | | | | | |
| 21H | | | | | | |