

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE						
7h00	WOD	WOD	WOD	WOD	WOD			7h00					
8h00								8h00					
9h00		WOD	WOD	WOD				9h00					
9h30	WOD				WOD			9h30					
10h00						FAST WOD	KIDS	10h00					
10h30								10h30					
11h00						WOD	HIIT TEENS	WOD					
12h00								12h00					
12h30	WOD	HIIT	WOD	WOD	HIIT	WOD	HIIT	12h30					
13h00								13h00					
13h30								13h30					
16h30	WOD	WOD	HIIT	WOD	WOD	WOD		16h30					
17h30	WOD	HIIT	HALTERO	FBB	OCR	WOD	HIIT	GYM	WOD	HIIT	HALTERO	STRONG MAN	17h30
18h00	WOD	HIIT	HALTERO	FBB	OCR	WOD	HIIT	GYM	WOD	HIIT	HALTERO	STRONG MAN	18h00
18h30	WOD	HIIT	HALTERO	FBB	OCR	WOD	HIIT	GYM	WOD	HIIT	HALTERO	STRONG MAN	18h30
19h00	WOD	HIIT	HALTERO	FBB	OCR	WOD	HIIT	GYM	WOD	HIIT	HALTERO	STRONG MAN	19h00
19h30	WOD		WOD		WOD								19h30
20h30													20h30



- WOD Workout Of The Day
- HIIT High Intensity Interval Training
- FBB Functional BodyBuilding
- OCR Obstacle Course Race