BUSSY FITNESS 2026 – 2027

Jours	Horaires	Lieux	Salles	Entraîneurs	Spécialité
COURS DE FITNESS (forfait fitness*)					
Lundi	09h45-11h00	METISS'AGES 16, rue Jean Monnet	Salle N°2	Angélique	SENIOR
	20h30 – 21h00	GYMNASE FLESSEL 15, BD DES 100 ARPENTS	Salle de Combat	Alan	CAF (Cuisses Abdos Fessiers)
	21h00 – 22h00	GYMNASE FLESSEL 15, BD DES 100 ARPENTS	Salle de Combat		STEP
Mardi	09h30 – 11h00	METISS'AGES 16, rue Jean Monnet	Salle N°2	Alan	RENFORCEMENT MUSCULAIRE
	19h00– 20h15	METISS'AGES 16, rue Jean Monnet	Salle N°3	Nicolas	FULL BOOTY BOOST
	20h15– 21h30	MAURICE KOEHL Cour de la rivière	Salle des fêtes	Doudou	ZUMBA AFRO
Mercredi	18h00 – 19h30	METISS'AGES 16, rue Jean Monnet	Salle N°6	Virgil	FULL BODY
	20h45 – 22h00	La ROCADE 24 Rocade de la Croix St Georges	Salle de danse	Alan/Doudou	POUND FITNESS
Jeudi	09h45-11h00	METISS'AGES 16, rue Jean Monnet	Salle N°2	Angélique	SENIOR
	20h15 – 21h30	METISS'AGES 16, rue Jean Monnet	Salle N°2	Doudou	ZUMBA
Vendredi	09h30 – 11h00	METISS'AGES 16, rue Jean Monnet	Salle N°2	Agathe	BODYSCULPT
Samedi	09h45 – 11h00	GYMNASE JAZY Rue du Cimetière	Grande Salle	Alan	STRONG by NATION / CAF
	11h00 – 12h15	GYMNASE JAZY Rue du Cimetière	Grande Salle	Alan	ZUMBA
Créneaux « Méthode PILATES » et YOGA (forfait spécial)					
Samedi	09h00 – 10h00 10h00 – 11h00	La ROCADE 24 Rocade de la Croix St Georges	Salle de danse	Stéphanie	Pilates 3 Pilates 4
Mercredi	19h30 - 20h30 20h30 - 21h30	METISS'AGES 16, rue Jean Monnet	Salle N°6	Virgil	Pilates 1 Pilates 2
Lundi	18h00 – 19h00 19h00 – 20h00	La ROCADE 24 Rocade de la Croix Saint Georges	Salle de danse	Ketty	Yoga 1 (Vinyasa) Yoga 2 (Vinyasa)

*** LES COURS DE ZUMBA SONT COMPRIS DANS LE FORFAIT FITNESS**