

Passion Fitness



Planning 2025-2026

JUSTINE	Lundi de 18h45 à 19h45
HELENE	Mardi de 18h45 à 19h45
ARMANDE	Jeudi de 18h45 à 19h45

Septembre	Octobre	Novembre	Décembre	Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin	Juillet	
1 Remise en forme	2 ASSEMBLEE GENERALE	3 STEP	1 Cardio Boxe	5 Cardio HIT	2 Pilates	2 CAF	2 Gym Stick	4 STEP	1 STEP	2 SPECIAL VACANCES	
2 CAF sans matériel	6 Circuit Training	4 RM Elastiques	2 CAF sans matériel	6 RM Haltères/Latino Dance	3 LIA	3 TABATA	6 FERIE	5 LIA	2 CAF sans matériel	6 	
4 Renfo	7 RM Ballon Paille	6 Cardio Step	4 Marche active /brûle graisse	8 Pilates Elastiques	5 Renfo	5 Cardio Step	7 Combat Fit	7 Pilates/Ballon-Bâton	4 Cardio Step	7 	
8 Cardio HIT	9 Marche active /brûle graisse	10 CAF / FIT Sticks	8 STEP	12 Cardio Boxe	9 Cardio HIT	9 Cardio Boxe	9 Aéro Boxe	11 CAF	8 Cardio Hit	9 	
9 Circuit Training	13 Pilates / Stretching	11 FERIE	9 Circuit training	13 Combat Fit	10 RM Elastiques	10 CAF sans matériel	13 VACANCES	12 RM Elastiques	9 Circuit Training	13 	
11 Fit Stick	14 Cardio:Renfo avec STEP	13 Pilates/Renfo/Elastiques	11 Renfo /Haltères	15 LIA	12 Pilates Ballon SPECIAL CARNAVAL	12 Renfo Elastiques	14 VACANCES	14 ASCENSION	11 Pilates Elastiques	14 	
15 Cardio Boxe	16 Pilates Ballon	17 Circuit Training	15 Circuit	19 STEP	16 VACANCES	16 STEP	16 VACANCES	18 Circuit Training	15 Cardio Boxe	16 	
16 Step	20 VACANCES	18 Fit Sticks	16 STEP	20 RM Ballon Paille	18 VACANCES	17 Circuit training	20 Cardio Hit	19 Fit Sticks	16 STEP	20 	
18 LIA	21 VACANCES	20 Aéro Boxe	18 TABATA DE NOËL	22 STEP /Renfo	19 VACANCES	19 CAF	21 RM Ballon Paille	21 Renfo/Haltères	18 Années 80	21 	
22 STEP /Abdos	23 VACANCES	24 Bandes Elastiques/Pilate	22 VACANCES	26 Circuit Training	23 STEP	23 Circuit	23 Yogalates	25 PENTECÔTE	22 Pilates	23 	
23 RM Haltères / Latino dance	27 Cardio HIT	25 TABATA	23 	27 Cardio: Renfo avec STEP	24 Fit Sticks	24 Step	27 Cardio boxe	26 TABATA	23 RM Haltères /Latino Dance	27 	
25 Cardio Step	28 LIA	27 LIA	25 	29 Yogalates	26 Marche active /brûle graisse	26 LIA	28 Cardio Renfo avec STEP	28 LIA	25 Cardio Training	28 	
29 CAF	30 SPECIAL HALLOWEEN					30 Pilates Elastiques	30 LIA			29 Mixte fin d'année	30
30 Combat Fit					31 RM Haltères					30 Combat Fit	30