



HORAIRE STUDIO FIT

1^{ER} SEPTEMBRE AU 31 DÉCEMBRE 2024

* Les inscriptions pour le cours ayants un * se font en ligne via notre site web. Cliquez acheter/programmes et événements.

| LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI | SAMEDI | DIMANCHE |
|---|--|--|---|--|--|---|
| Open FIT 6h à 8h | Open FIT 6h à 8h | Open FIT 6h à 8h | Ariane/Gen Circuit FIT 6h15 à 7h15 | Open FIT avec coach Cédric 6h15 à 7h15 | Open FIT 7h-8h | Open FIT 7h-8h30 |
| Open FIT 8h-10h | Open FIT 8h-10h | Open FIT 8h-10h | Open FIT 8h-10h | Open FIT 8h-10h | Nancy F./ Laura G. Power FIT team 8h à 9h et 9h05 à 10h05 | Cédric Total FIT 9h à 10h |
| | | | | | Fred H. Total FIT 10h15 à 11h15 | Rosalie *Circuit junior 9-11 ans (22 sept au 8 déc.) 10h30-11h15 |
| Blair Total FIT 12h à 12h55 | Kim Circuit FIT 12h à 12h55 | Rebecca Power FIT 12h à 12h55 | Nancy F. Total FIT 12h à 12h55 | Gilles Circuit FIT 12h à 12h55 | Henri *Circuit junior 6-8 ans (21 sept au 7 déc.) 11h30 à 12h15 | Open FIT 12h-14h |
| | Sports-études 13h à 16h | Sports-études 13h à 16h | Sports-études 13h à 16h | | | Open FIT 14h-16h |
| Nancy F. Power FIT 16h30 à 17h25 | *Circuit ADO 12-15 ans (24 sept au 3 déc.) 16h30 à 17h20 | Peach Gosselin Cardio FIT 16h30-17h20 | Dahlya Total FIT 16h30 à 17h25 | Open FIT 16h-17h15 | Open FIT 13h-15h | Open FIT 16h-18h |
| Laura S. Power FIT 17h35 à 18h35 | Fred H. Total FIT 17h30 à 18h30 | Dany Power FIT 17h30 à 18h30 | Démritri Power FIT Team WOD 17h30 à 18h45 | Dany Power FIT introduction 17h30 à 18h30 | Open FIT 15h-17h | |
| Ariane Circuit FIT 18h45 à 19h45 | Josée Power FIT 18h45 à 19h45 | Dany Circuit FIT 18h45 à 19h45 | Nancy F. FIT Force plus 19h-20h <i>début le 17 oct.</i> | | | |