

# FITNESS

## PLANNING 2022-2023



Association  
**EnForm'**

### Jeudi

Salle 5

**10H30**

**MULTI-FITNESS**  
*1 heure*

**11H30**

### Vendredi

Salle 7

**18H00**

**FIT & MOOV'  
ADOS**  
*(12-15 ans > 2008 à 2011)  
1 heure*

**19H00**

**ZUMBA  
ADULTES**  
*(à partir de 16 ans > 2007 et avant)  
1 heure*

**20H00**