



PLANNING F&S
JUILLET-AOÛT 2017

Rejoignez notre page
Friskis & Svettis Paris
sur **facebook**.

LUNDI			MARDI		MERCREDI		
BARGUE 20h	VERON 19h	VERON 20h	BARGUE 19h30	VERON 20h30	VERON 19h	VERON 20h	BARGUE 19h30
3			4		5		
Lucie	Lucile	Fabienne	Charlène	Cédric	Camille	Lucile	Agnès
10			11		12		
Ludivine	Camille	Fabienne	Charlène	Cédric	Lucile	Sylvain	Charlène
17			18		19		
SALLE FERMEE	Lucile	Camille	SALLE FERMEE	Charlène	Camille	Sylvain	SALLE FERMEE
24			25		26		
SALLE FERMEE	Camille	Lucile	SALLE FERMEE	Cédric	Lucile	Sylvain	SALLE FERMEE
DU LUNDI 31 JUILLET AU VENDREDI 25 AOÛT							
FERMETURE ESTIVALE - PAS DE SEANCE							
28			29		30		
SALLE FERMEE	Camille	Fabienne	SALLE FERMEE	Cédric	Lucile	Sylvain	SALLE FERMEE

SAMEDI	DIMANCHE	
POINT EPHEMERE 11h	OSTERMEYER 11h	VERON 18h
1	2	
Sylvain	Linda	Lucie
8	9	
Linda	Camille	Cédric
15	16	
Linda	Linda	SALLE FERMEE
22	23	
Sylvain	Linda	Charlène
29	30	
Sylvain	Linda	Lucie
26	27	
Linda	Sylvain	SALLE FERMEE

MARDI & JEUDI
RUNNING 19h30
mardi 18/07 Tabata cross Parc Monceau
jeudi 20/07 Cross Parc Monceau
mardi 25/7 Intervalls Parc Martin Luther King
mardi 1/08 Cross Parc Monceau
mardi 8/08 Run Intervalls Av des Champs-Élysées (métro Franklin Roosevelt)
jeudi 10/08 Cross Parc Monceau
mardi 15/08 Tabata Cross Parc Martin Luther King
mardi 22/08 Tabata Parc Monceau
MERCREDI 23/08 Run Intervalls Av des Champs-Élysées (métro Franklin Roosevelt)
mardi 29/08 Cross Parc Monceau

LEGENDE ACTIVITES

- Jympa Basic
- Jympa Medium
- Jympa Cardio
- Jympa 80
- Core
- Flex
- Dans Afro
- Running



Les modifications susceptibles d'être apportées à ce planning sont disponibles sur la [page d'accueil www.friskisparis.com](http://www.friskisparis.com)
Inscrivez-vous à notre **newsletter** pour être tenu informé des annulations et séances exceptionnelles



PLANNING F&S
SEPTEMBRE 2017

NOUVEAU !! A VENIR FIN OCTOBRE
Lors des semaines de fermeture de Bargue,
retrouvez des séances dans le 15e à la salle Cadix,
les mardis et mercredis à 19h30

NOUVELLE SALLE !!
Gymnase Traeger,
Cité Traeger, 75018

NOUVEAU CRENEAU !!

Rejoignez notre page
Friskis & Svettis Paris
sur **facebook**.

LUNDI			MARDI			MERCREDI				JEUDI	SAMEDI			DIMANCHE		LEGENDE ACTIVITES
BARGUE 20h	VERON 19h	VERON 20h	ASPTT Bercy 19h45	BARGUE 19h30	VERON 20h30	VERON 19h	VERON 20h	BARGUE 19h30	TRAEGER 21h	VERON 19h	POINT EPHEMERE 11h	OSTERMEYER 11h30	ASPTT Bercy 12h15	OSTERMEYER 11h	VERON 18h	
4			5			6				7	2			3		
Charlène	Camille V	Fabienne	Ludivine	Agnès	Cédric	Lucile	Sylvain	Ludivine	Cédric	Camille V	Sylvain	PAS DE SEANCE	Ludivine	Cédric	Charlène	Jympa Basic
11			12			13				14	9			10		
Charlène	Lucile	Fabienne	Fabienne	Agnès	Cédric	Camille V	Sylvain	Lucile	Cédric	Camille V	Sylvain	Linda	SURPRISE	Sylvain	Charlène	Jympa Medium
18			19			20				21	16			17		
Charlène	Lucile	Fabienne	Ludivine	Agnès	Cédric	Camille V	Sylvain	Camille G	Solène	Raphaëla	Lucile	Linda	Fabienne	Cédric	Josefina	Jympa Cardio
25			26			27				28	23			24		
Charlène	Camille V	Fabienne	Fabienne	Solène	Cédric	Lucile	Raphaëla	Ludivine	Sylvain	Raphaëla	Ludivine	Linda	Amélie	Raphaëla	Charlène	Jympa 80
1			2			3				4	30			1		
											Amélie	Linda	SURPRISE	Cédric	Sylvain	Flex
																Running



Les modifications susceptibles d'être apportées à ce planning sont disponibles sur la [page d'accueil](#)
www.friskisparis.com
Inscrivez-vous à notre [newsletter](#) pour être tenu informé des annulations et séances exceptionnelles