



PLANNING F&S
MAI 2018

OUTDOOR
Inclus pour les adhérents
ou Carte semestre à 20€

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

LUNDI			MARDI		MERCREDI			JEUDI	SAMEDI		DIMANCHE	
BARGUE 20h	VERON 19h	VERON 20h	BARGUE 19H30 CADIX	VERON 20h30	VERON 19h	VERON 20h	BARGUE 19H30 CADIX	VERON 19h	POINT EHEMERE 11h	OSTERMEYER 11h30	OSTERMEYER 11h	VERON 18h
30			1		2			3	5		6	
Lucie	Séance annulée	Fabienne	"FETE DU TRAVAIL PAS DE SEANCE"		Fabienne	Aurore	Ludivine	Camille	PAS DE SEANCE	FEMMES EN SPORT*	Karin	Aurore
7			8		9			10	12		13	
Séance annulée	Karin	Fabienne	SALLE FERMEE PAS DE SEANCE	Lucie	Aurore	Cédric	Ludivine	Raphaëla	Aurore	Linda	Karin	Lucile
14			15		16			17	19		20	
Charlène	Lucile	Fabienne	Lucie	Sylvain	Camille V	Aurore	Ludivine	Raphaëla	Camille	Lucile	Linda	Aurore
21			22		23			24	26		27	
PAS DE SEANCE	Camille V	Fabienne	Solène	Raphaëla	Lucile	Cédric	Ludivine	Fabienne	Charlène	Linda	Aurore	Lucie
28			29		30			31	2		3	
Charlène	Lucile	Fabienne	Camille G	Sylvain	Camille V	Aurore	Ludivine	Raphaëla	Raphaëla	Fabienne	Linda	Charlène

SESSIONS OUTDOOR
PARC MONCEAU
19h30

Johannes

Mercredi 2 - Cross
Jeudi 3 - Tabata

Lundi 14 - Cross

Lundi 21 - Cross
Jeudi 24 - Tabata

Mardi 29 - Tabata
Jeudi 31 - Cross

RDV Parc Monceau à
l'entrée, à l'extérieur des
toilettes
(Métro Monceau)

**LEGENDE
ACTIVITES**

- Jympa Basic
- Jympa Medium
- Jympa Cardio
- Jympa 80
- Flex
- Running
- Fuego
- IntervallFlex



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

* Séance habituelle de 11h annulée
A l'occasion de la journée Femmes en Sport : trois séances l'après-midi :
14h45 - 15h30 : sur l'esplanade
16h45 - 17h30 : sur l'esplanade
18h15 - 19h00 : dans la salle polyvalente

Plus d'informations à venir sur le type de séances et les animateurs