

CYCLE 08/26 - 17 août au au 20 septembre 2026

HEURES	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
08H-09H						
09H-10H	HYROX	WOD	WOD	WOD	RENFO	TEAM WOD
10H-11H	10H-11H OPEN GYM	10H-11H OPEN GYM		10H-11H OPEN GYM	10H-11H OPEN GYM	RENFO
11H-12H						11H-12H TEENS
11H30-12H30	PRIVE	PRIVE		PRIVE		
12H-13H			WOD		WOD	
12H30-13H30	12H30-13H30 WOD	12H30-13H30 WOD		12H30-13H30 WOD		
14H-15H			14H-15H TEENS (à partir du 24.08.26)			
15H-16H	15H-17H OPEN GYM		15H-17H OPEN GYM			
16H-17H		16H-17H OPEN GYM			16H-17H OPEN GYM	
17H-18	WOD	WOD	WOD	WOD	WOD	
18H-19	WOD	HYROX	WOD	WOD	HALTERO	
19H-20H	CARDIO	WOD	WOD	HYROX		