



### PLANNING COURS CEDSPORTSANTE 2019 : COACHING + COLLECTIF

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
7H25 - 8H25	(THOMAS)		YOGA (KATIA)		PILATES (KATIA)	
8H30 - 9H30	GYM HYPOPRESSIVE 8h15 - 9h15	COACHING (Cédric / Bastien)	COACHING (Bastien)	EQUILIBRE (Bastien)	COACHING (Cédric) / (Romain)	SWISS BALL (Cédric) / (Romain)
9H30 - 10H30	COACHING (Cédric)	COACHING (Cédric / Bastien)	COACHING (Bastien)	COACHING (Cédric / Bastien)	COACHING (Cédric) / (Romain)	COACHING (Cédric) / (Romain)
10H30 - 11H30	COACHING (Cédric)	COACHING (Cédric)	COACHING (Bastien)	COACHING (Cédric / Bastien)	COACHING (Cédric) / (Romain)	COACHING (Cédric) / (Romain)
11H30 - 12H30						
12H30 - 13H30		COACHING (Cédric)		COACHING (Bastien) / 12h15		
14H30 - 15H30			COACHING (Cédric)			
15H00 - 16H00	GYM HYPOPRESSIVE (THOMAS)		MUSCULATION (Cédric)			
16H30 - 17H30	SWISS BALL (Cédric / Bastien)		COACHING (Cédric)		HIIT (Romain)	
17H30 - 18H30	COACHING (Cédric / Bastien)	COACHING (Cédric) / (Romain)	STRETCHING (Cédric)	COACHING (Célia)	COACHING (Romain)	
18H30 - 19H30	COACHING (Cédric / Bastien)	COACHING (Cédric) / (Romain)	COACHING (Cédric)	COACHING (Célia)	COACHING (Romain)	
19H30 - 20H30	COACHING (Cédric / Bastien)	COACHING (Cédric) / (Romain)	HIIT (Cédric)	COACHING (Célia)		
20H30 - 21H30				COACHING (Célia)		

Durant les horaires d'ouverture vous pouvez également venir en accès libre (hors YOGA / PILATES)

INSCRIPTIONS ET RENSEIGNEMENTS : Tél : 06 89 60 65 58 / web : [www.cedsportsante.fr](http://www.cedsportsante.fr) / mail : [cedsportsante@gmail.com](mailto:cedsportsante@gmail.com)



PLANNING COURS CEDSPORTSANTE 2019 : COACHING DIETETIQUE (1) + COACHING INDIVIDUEL (2)							
	LUNDI	MARDI		VENDREDI		SAMEDI	
11H30 - 12 H							11H30 - 12 H
12H - 12H30							12H - 12H30
12H30 - 13H	ABO COACHING INDIVIDUEL (Bastien)				ABO COACHING INDIVIDUEL (Romain)	ATELIER DIETETIQUE OU CONSULTATION DIETETIQUE	ABO COACHING INDIVIDUEL (Romain)
13H - 13H30							
13H30 - 14H						CONSULTATION DIETETIQUE (Bastien / Romain)	ABO COACHING INDIVIDUEL (Romain)
14H - 14H30	ABO COACHING INDIVIDUEL (Bastien)	CONSULTATION DIETETIQUE (Bastien / Romain)	ABO COACHING INDIVIDUEL (Romain)	CONSULTATION DIETETIQUE (Bastien / Romain)	ABO COACHING INDIVIDUEL (Bastien)		CONSULTATION DIETETIQUE (Bastien / Romain)
14H30 - 15H							
15H - 15H30		CONSULTATION DIETETIQUE (Bastien / Romain)	ABO COACHING INDIVIDUEL (Romain)	CONSULTATION DIETETIQUE (Bastien / Romain)	ABO COACHING INDIVIDUEL (Bastien)		
15H30 - 16H							
16H - 16H30				CONSULTATION DIETETIQUE (Bastien / Romain)	ABO COACHING INDIVIDUEL (Bastien)		
16H30 - 17H							
							15H - 15H30
							15H30 - 16H
							16H - 16H30
							16H30 - 17H

**INSCRIPTIONS ET RENSEIGNEMENTS : Tél : 06 89 60 65 58 / web : [www.cedsportsante.fr](http://www.cedsportsante.fr) / mail : [cedsportsante@gmail.com](mailto:cedsportsante@gmail.com)**

- (1) ABONNEMENT COACHING INDIVIDUEL : Ces cours individuels sont accessibles en souscrivant à un abonnement d'un an à 20 € par mois**  
**(2) CONSULTATION DIETETIQUE : Elles sont accessibles aux personnes ayant un abonnement de coaching d'un an (8 séances décomptées)**  
**ou à celles ayant un abonnement diététique de 6 mois (30€/M) ou 1 an (25€/M)**