



CROSSFIT TANKA

PLANNING

LUNDI		
7H		
WOD	OPEN GYM	
8H		
WOD	OPEN GYM	
9H		
SÉANCE UNIQUE DE 9H À 11H30 OPEN GYM		
11H30		
WOD	OPEN GYM	
12H30		
WOD	OPEN GYM	
FERMÉ DE 14H À 16H30		
16H30		
WOD	OPEN GYM	
17H30		
WOD	HALTERO	
18H30		
WOD	OPEN GYM	STRONGMAN
19H30		
WOD	OPEN GYM	
20H30		
WOD	OPEN GYM	

MARDI	
7H	
WOD	OPEN GYM
8H	
WOD	OPEN GYM
9H	
SÉANCE UNIQUE DE 9H À 11H30 OPEN GYM	
11H30	
WOD	OPEN GYM
12H30	
WOD	OG > 14H
FERMÉ DE 14H À 16H30	
16H30	
WOD	OPEN GYM
17H30	
WOD	OPEN GYM
18H30	
WOD	OPEN GYM
19H30	
WOD	OPEN GYM
20H30	
WOD	OPEN GYM

MERCREDI		
7H		
WOD	OPEN GYM	
8H		
WOD	OPEN GYM	
9H		
SÉANCE UNIQUE DE 9H À 11H30 OPEN GYM		
11H30		
WOD	OPEN GYM	
12H30		
WOD	OG > 14H	
FERMÉ DE 14H À 15H		
15H		
KIDS > 16H30		
16H30		
WOD	OPEN GYM	
17H30		
WOD	OPEN GYM	
18H30		
WOD	OPEN GYM	BOX THAI
19H30		
WOD	OPEN GYM	HALTERO
20H30		
WOD	OPEN GYM	

JEUDI	
7H	
WOD	OPEN GYM
8H	
WOD	OPEN GYM
9H	
SÉANCE UNIQUE DE 9H À 11H30 OPEN GYM	
11H30	
WOD	OPEN GYM
12H30	
WOD	OG > 14H
FERMÉ DE 14H À 16H30	
16H30	
WOD	OPEN GYM
17H30	
WOD	OPEN GYM
18H30	
WOD	OPEN GYM
19H30	
WOD	OPEN GYM
20H30	
WOD	OPEN GYM

VENDREDI		
7H		
WOD	OPEN GYM	
8H		
WOD	OPEN GYM	
9H		
SÉANCE UNIQUE DE 9H À 11H30 OPEN GYM		
11H30		
WOD	OPEN GYM	
12H30		
WOD	OG > 14H	
FERMÉ DE 14H À 16H30		
16H30		
WOD	OPEN GYM	
17H30		
WOD	OPEN GYM	
18H30		
WOD	OPEN GYM	STRONGMAN
19H30		
WOD	HALTÉRO	
20H30		
WOD	OPEN GYM	

SAMEDI	
OUVRE À 9H	
9H	
ENDURANCE	OPEN GYM
10H	
WOD	KIDS
11H	
WOD	KIDS
12H	
GYM	OPEN GYM