

# PLANNING FITNESS

À PARTIR DU 1<sup>ER</sup> JUILLET

ON AIR CARRÉ-SÉNART

**ACCÈS GRATUIT ET ILLIMITÉ AUX COURS - RÉSERVÉ AUX ADHÉRENTS ON AIR**  
MERCİ DE LIBÉRER L'ESPACE AUX PARTICIPANTS PENDANT TOUTE LA DURÉE DU COURS

## LUNDI

**19H00 - 20H00**

**CROSS  
TRAINING**

## MERCREDI

**19H00 - 19H30**

**HIIT**

**19H30 - 20H00**

**CAF**

## JEUDI

**18H00 - 19H00**

**CROSS  
TRAINING**

## DIMANCHE

**17H00 - 17H30**

**HIIT**

**17H30 - 18H00**

**STRETCHING**

**RETROUVE TON PLANNING  
SUR L'APPLICATION ONAIR®**

ON AIR CARRÉ-SÉNART - 01 60 60 21 80  
CENTRE COMMERCIAL WESTFIELD CARRÉ SÉNART, SHOPPING PARC  
77127 LIEUSAIN  
www.onair-fitness.fr

