

Planning 2025/2026

potentiel-mulhouse.fr

Lundi

17h30 Cross Training
18h30 Cross Training
18h30 **Yoga**

Jeudi

10h30 Sport Sénior
17h30 Cross Training
18h30 Cycling

Mardi

17h30 Renfo et abdos
18h30 Body Move
19h40 Pilates

Vendredi

17h30 Musculation
18h30 Renfo et abdos

Mercredi

18h30 **Body Move**
19h35 Pilates

(salle de danse)

Samedi

9h00 Renfo et mobilité
10h10 Body Move
11h15 Gym Ball

POTENTIEL

