



## HORAIRE AUTOMNE 2017

Contact :  
[info@gymlevestiaire.com](mailto:info@gymlevestiaire.com)  
 514-649-7486

LUNDI		MARDI			MERCREDI	JEUDI		VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
						6h CrossFit Manu				
7h CrossFit Joe/André-Flx		7h CrossFit Joe/André-Flx			7h CrossFit Karim	7h CrossFit Manu		7h CrossFit Manu		
8h CrossFit Joe/André-Flx		8h CrossFit Joe/André-Flx			8h CrossFit Karim	8h CrossFit Manu		8h CrossFit Manu		
									9h CrossFit Karim	10-CrossFit Mirakim
									10h CrossFit Karim	11h Gym Mirakim
								11h CrossFit Manu	11h Endurants Karim	12h Haltéro Mirakim
12h CrossFit Joe/André-Flx		12h CrossFit Joe/André-Flx			12h CrossFit Karim	12h CrossFit Manu		12h CrossFit Manu		
16.30 CrossFit Mirakim		16.30 CrossFit Cath			16.30 CrossFit André-Flx	16.30 CrossFit André-Flx		16.30- CrossFit Cath		
17.30 CrossFit Mirakim	17h30 Muscu Karim	17.30 CrossFit Cath*			16.30 CrossFit André-Flx	17.30-CrossFit Lili/André-Flx*		17.30- CrossFit Lili		
18.30-CrossFit Karim*		18.30 CrossFit Cath	18.30 Course Karim	18.30 Gym Mira	16.30 CrossFit Mirakim	18.30-CrossFit Lili/André-Flx*		18.30- CrossFit Lili		
19.30-CrossFit Karim		19.30 Endurants Lili	19.30 Mobilité Karim	19.30 Haltéro Mira	16.30 CrossFit Mirakim	19.30 Endurants Lili	19.30 Mobilité Karim			

\*= 2 entraîneurs(es) pour le même cours, capacité élevé à 20 personnes.



## HORAIRE AUTOMNE 2017

Contact :  
[info@gymlevestiaire.com](mailto:info@gymlevestiaire.com)  
 514-649-7486

### OPEN GYM

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
7h à 20h30	7H À 14H	7h à 20h30	6H À 14H	7H À 12H	9h à 10h	10H À 13H
	<b>14H À 16H</b> <b>FERMÉ</b> <b>Voir page FB</b> <b>privé du</b> <b>Vestiaire</b>		<b>14H À 17H</b> <b>FERMÉ</b> <b>Voir page FB</b> <b>privé du</b> <b>Vestiaire</b>	<b>12H-13h</b> <b>FERMÉ</b> <b>COURS DE</b> <b>GROUPE</b> - <b>13H-16H</b> <b>FERMÉ</b> <b>Voir page FB</b> <b>privé du</b> <b>Vestiaire</b>	<b>10H-11H</b> <b>FERMÉ</b> <b>COURS DE</b> <b>GROUPE</b>	
	16h à 20h30		17H À 20H30	16H À 19H30	11h - 14h	