

V3.0	décembre 2025	Fitness Département Contact List	
		Gestionnaire du conditionnement physique et des sports	x8731
		Coordonnatrice de conditionnement physique	x8737
		Gestionnaire du reconconditionnement	x3993
		Bureau conditionnement physique	x8747

HORAIRE CONDITIONNEMENT PHYSIQUE DE LA GARNISON

Jour	lundi 1-déc.	lundi 2-déc.	lundi 3-déc.	lundi 4-déc.	lundi 5-déc.
Conditionnement Physique de la Garnison militaire 0730-0830	La musculation Demi-Lune Sud	Le conditionnement Demi-Lune Sud	La musculation Demi-Lune Sud	Le conditionnement Demi-Lune Sud	
Programme de PT supplémentaire militaire 0730-0830	Le conditionnement Coin Combat	La musculation Coin Cardio	Le conditionnement Coin Combat	La musculation Coin Cardio	Préparation FORCE FH 4+5
Entraînement du Midi 1200-1245	Moga Salle 105		Moga Salle 105		Moga ANNULÉ
	La musculation Demi-Lune Sud	Le conditionnement Demi-Lune Sud	La musculation Demi-Lune Sud	Le conditionnement Demi-Lune Sud	
	8-déc.	9-déc.	10-déc.	11-déc.	12-déc.
Conditionnement Physique de la Garnison militaire 0730-0830	La musculation Demi-Lune Sud	Le conditionnement Demi-Lune Sud	La musculation Demi-Lune Sud	Le conditionnement Demi-Lune Sud	
Programme de PT supplémentaire militaire 0730-0830	Le conditionnement Coin Combat	La musculation Coin Cardio	Le conditionnement Coin Combat	La musculation Coin Cardio	Préparation FORCE FH 4+5
Entraînement du Midi 1200-1245	Moga Salle 105		Moga Salle 105		Moga ANNULÉ
	La musculation Demi-Lune Sud	Le conditionnement Demi-Lune Sud	La musculation Demi-Lune Sud	Le conditionnement Demi-Lune Sud	

Horaire des fêtes (15-déc to 02-jan)	15-déc.	16-déc.	17-déc.	18-déc.	19-déc.
Conditionnement Physique de la Garnison militaire 0730-0830	La musculation Demi-Lune Sud	Le conditionnement Demi-Lune Sud	La musculation Demi-Lune Sud	Le conditionnement Demi-Lune Sud	
Programme de PT supplémentaire militaire 0730-0830	Le conditionnement Coin Combat	La musculation Coin Cardio	Le conditionnement Coin Combat	La musculation Coin Cardio	
Test FORCE 0830-1000	Test FORCE FH 4+5	Test FORCE FH 4+5	Pas de tests FORCE du 17 décembre au 2 janvier		
Entraînement du Midi 1200-1245	Moga Salle 105		Moga Salle 105		Moga Salle 105
	La musculation Demi-Lune Sud	Le conditionnement Demi-Lune Sud	La musculation Demi-Lune Sud	Le conditionnement Demi-Lune Sud	
Horaire des fêtes (15-déc to 02-jan)	22-déc.	23-déc.	24-déc.	25-déc.	26-déc.
				FERMÉ	FERMÉ
Test FORCE	Pas de tests FORCE du 17 décembre au 2 janvier				
Entraînement du Midi 1200-1245	Moga Salle 105	La musculation et le conditionnement Demi-Lune Sud			
Horaire des fêtes (15-déc to 02-jan)	29-déc.	30-déc.	31-déc.	1-janv.	2-janv.
				FERMÉ	
Test FORCE	Pas de tests FORCE du 17 décembre au 2 janvier				
Entraînement du Midi 1200-1245	Moga Salle 105	La musculation et le conditionnement Demi-Lune Sud			Moga Salle 105