



CrossFit Octoduria Martigny

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
10h00						CrossFit
11h00						Open Gym
12h15	CrossFit	Open Gym	CrossFit	Open Gym	CrossFit	Open Gym
17h15	CrossFit	Open Gym	CrossFit	Open Gym	CrossFit	Open Gym
18h15	CrossFit	Open Gym	CrossFit	Open Gym	CrossFit	Open Gym
19h15	CrossFit	Open Gym	CrossFit	Open Gym	CrossFit	Open Gym

CrossFit

Classe CrossFit classic (Warm-Up, Skill, WOD)

Open Gym

Entrainement libre sans coach

Team CrossFit

Classe CrossFit en équipe

* Participation aux classes CrossFit et Open Gym uniquement sur inscription

** Les horaires ainsi que les cours peuvent être soumis à modifications

*** Un accès digital est disponible de 06h00 à 22h00 (pour plus d'infos merci de nous contacter)