

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
7h - 8h WOD			7h - 8h WOD		10h - 11h WOD
9h - 10h WOD		9h - 10h WOD		9h - 10h WOD	11h - 12h TECHNIC* HALTERO
10h - 11h WOD	10h - 11h WOD	10h - 11h METCON	10h - 11h WOD	10h - 11h WOD	14h30 WOD <i>accessible à Burpees Tours Sud</i>
11h - 12h30 / OG	11h - 11h30 ACCESS WORK 11h30 - 12h30 / OG	11h - 12h30 / OG	11h - 12h30 / OG	11h - 12h30 / OG	
12h30 - 13h30 WOD	12h30 - 13h30 WOD	12h30 - 13h30 WOD	12h30 - 13h30 WOD	12h30 - 13h30 WOD	
13h30 - 14h30 TECHNIC* HALTERO	13h30 - 14h30 WOD	13h30 - 14h30 OG	13h30 - 14h30 WOD	13h30 - 14h30 WOD	
16h - 17h / OG	16h - 17h TECHNIC* GYM	16h - 17h / OG	16h - 17h / OG	16h - 17h / OG	
16h30 - 17h ACCESS WORK					
17h - 18h METCON	17h - 18h WOD	17h - 18h WOD	17h - 18h WOD	17h - 18h WOD	
18h - 19h WOD	18h - 19h WOD	18h - 19h WOD	18h - 19h TEAM METCON	18h - 19h WOD	
19h - 20h WOD	19h - 20h WOD	19h - 20h WOD	19h - 20h WOD	19h - 19h30 ACCESS WORK	19h - 20h METCON
20h - 21h WOD	20h - 21h WOD	20h - 21h WOD	20h - 21h WOD	20h - 21h WOD	

Dimanche

 10h30 et 11h30
WOD
*accessibles à
Burpees
Tours Sud*
OG : Open Gym (libre accès en individuel) **METCON** : Conditionnement physique

ACCESS WORK : renforcement sur un groupe musculaire précis

 Réservation des WOD sur
ToursNord.burpees.fr ou au 02 47 56 36 56

conditiōnem p̄p̄t̄isimam