



# Mixed - Interval training



## Cours garanti

<b>Description</b>	Combinaison créative de différentes techniques cardio-vasculaires, de tonification et de musculation, avec ou sans engins.
<b>Date</b>	20.08.2018 - 17.06.2019 / E_1216704
<b>Horaire</b>	19:10 - 20:00 h
<b>Jours</b>	Lu
<b>Durée</b>	41 Jours de cours. Total 41.00 périodes à 50 minutes
<b>Ecolage</b>	CHF 594.50 Cours annuel
<b>Lieu du cours</b>	Rue du Manoir 1, 1920 Martigny

Dates	Jour	Date	Heures
	1 Lu	20.08.2018	19:10 - 20:00
	2 Lu	27.08.2018	19:10 - 20:00
	3 Lu	03.09.2018	19:10 - 20:00
	4 Lu	10.09.2018	19:10 - 20:00
	5 Lu	17.09.2018	19:10 - 20:00
	6 Lu	24.09.2018	19:10 - 20:00
	7 Lu	01.10.2018	19:10 - 20:00
	8 Lu	08.10.2018	19:10 - 20:00
	9 Lu	15.10.2018	19:10 - 20:00
	10 Lu	22.10.2018	19:10 - 20:00
	11 Lu	29.10.2018	19:10 - 20:00
	12 Lu	05.11.2018	19:10 - 20:00

**Ecole-club Migros Martigny** Tel. +41 27 720 41 71

Rue du Manoir 1  
1920 Martigny

[eclub.martigny@migrosvs.ch](mailto:eclub.martigny@migrosvs.ch)  
[ecole-club.ch](http://ecole-club.ch)





# Mixed - Interval training



## Cours garanti

Dates	Jour	Date	Heures
	13 Lu	12.11.2018	19:10 - 20:00
	14 Lu	19.11.2018	19:10 - 20:00
	15 Lu	26.11.2018	19:10 - 20:00
	16 Lu	03.12.2018	19:10 - 20:00
	17 Lu	10.12.2018	19:10 - 20:00
	18 Lu	17.12.2018	19:10 - 20:00
	19 Lu	07.01.2019	19:10 - 20:00
	20 Lu	14.01.2019	19:10 - 20:00
	21 Lu	21.01.2019	19:10 - 20:00
	22 Lu	28.01.2019	19:10 - 20:00
	23 Lu	04.02.2019	19:10 - 20:00
	24 Lu	11.02.2019	19:10 - 20:00
	25 Lu	18.02.2019	19:10 - 20:00
	26 Lu	25.02.2019	19:10 - 20:00
	27 Lu	04.03.2019	19:10 - 20:00
	28 Lu	11.03.2019	19:10 - 20:00
	29 Lu	18.03.2019	19:10 - 20:00
	30 Lu	25.03.2019	19:10 - 20:00
	31 Lu	01.04.2019	19:10 - 20:00
	32 Lu	08.04.2019	19:10 - 20:00
	33 Lu	15.04.2019	19:10 - 20:00
	34 Lu	29.04.2019	19:10 - 20:00
	35 Lu	06.05.2019	19:10 - 20:00
	36 Lu	13.05.2019	19:10 - 20:00
	37 Lu	20.05.2019	19:10 - 20:00



# Mixed - Interval training



## Cours garanti

### Dates

Jour	Date	Heures
38 Lu	27.05.2019	19:10 - 20:00
39 Lu	03.06.2019	19:10 - 20:00
40 Lu	10.06.2019	19:10 - 20:00
41 Lu	17.06.2019	19:10 - 20:00

**Ecole-club Migros Martigny**

Tel. +41 27 720 41 71

Rue du Manoir 1  
1920 Martigny

[eclub.martigny@migrosvs.ch](mailto:eclub.martigny@migrosvs.ch)  
[ecole-club.ch](http://ecole-club.ch)

école-club

MIGROS