

Fifty/nine

Fitness club

Planning cours collectifs

MATIN

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
	COURS VIDÉO	COURS VIDÉO	8H45 - 9H30 STRETCHING	COURS VIDÉO	COURS VIDÉO	COURS VIDÉO
	9H30 - 10H30 PILATES STRETCHING	9H30 - 10H15 BODY SCULPT	9H30 - 10H15 PILATES	COURS VIDÉO	9H30 - 10H15 BODY SCULPT	9H30 - 10H15 BIKE
	10H30 - 11H00 BODY BARRE	10H15 - 11H00 PILATES	COURS VIDÉO	COURS VIDÉO	10H15 - 11H00 ABDOS FESSIERS	10H30 - 11H30 CROSS TRAINING
	11H00 - 11H30 CAF	COURS VIDÉO	COURS VIDÉO	COURS VIDÉO	11H00 - 11H45 PILATES	COURS VIDÉO

MIDI

12H30 - 13H15 BODY RENFO	12H30 - 13H15 BOXING CROSS	12H30 - 13H15 NEW BALANCE	12H30 - 13H15 BIKE	12H30 - 13H15 FULL BODY	COURS VIDÉO
-----------------------------	-------------------------------	------------------------------	-----------------------	----------------------------	--------------------

APRÈS-MIDI

13H30 - 14H30 YOGA ZEN	COURS VIDÉO	14H30 - 15H30 EASY BIKE	14H30 - 15H45 NEW BALANCE	COURS VIDÉO	COURS VIDÉO
COURS VIDÉO	COURS VIDÉO	15H45 - 16H45 AMS	COURS VIDÉO	COURS VIDÉO	COURS VIDÉO
COURS VIDÉO	COURS VIDÉO	COURS VIDÉO	COURS VIDÉO	COURS VIDÉO	COURS VIDÉO
17H30 - 18H15 COMBAT RENFO	17H50 - 18H35 BIKING	17H15 - 18H15 NEW BALANCE	17H30 - 18H15 FITNESS KIDS	17H30 - 18H15 FITNESS TEENS	COURS VIDÉO
18H30 - 19H15 BIKING	18H40 - 19H20 PILATES MATWORK	18H15 - 19H CAF	18H20 - 19H00 BIKING	18H15 - 19H00 BODY BARRE	COURS VIDÉO
19H20 - 20H00 BIKING	19H25 - 20H05 PILATES MATWORK	19H05 - 20H05 YOGA	19H05 - 19H50 CARDIO ATTACK	COURS VIDÉO	COURS VIDÉO