

Nos cours collectifs

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
PILATES STRETCHING 09h30 - 10h30	BODY SCULPT 09h30 - 10h15	STRETCHING 08h45 - 09h30	COURS VIDÉO	BODY SCULPT 09h30 - 10h15	COURS VIDÉO
BODY BARRE 10h30 - 11h00	PILATES 10h15 - 11h00	PILATES 09h30 - 10h15	COURS VIDÉO	ABDOS FESSIERS 10h15 - 10h45	CROSS TRAINING 10h30 - 11h30
CAF 11h00 - 11h30	COURS VIDÉO	COURS VIDÉO	COURS VIDÉO	PILATES 11h00 - 11h45	COURS VIDÉO
BODY RENFO 12h30 - 13h15	BOXING CROSS 12h30 - 13h15	NEW BALANCE 12h30 - 13h15	BIKING 12h30 - 13h15	FULL BODY 12h30 - 13h15	COURS VIDÉO
YOGA ZEN 13h30 - 14h30	BIKING 17h50 - 18h35	EASY BIKE 14h30 - 15h30	NEW BALANCE 14h30 - 15h45	COURS VIDÉO	COURS VIDÉO
COMBAT/RENFO 17h30 - 18h15	PILATES MATWORK 18h40 - 19h20	AMS (ABDOS MASSAGE STRETCHING) 15h45 - 16h45	COURS VIDÉO	FITNESS TEENS 17h30 - 18h15	COURS VIDÉO
BIKING 18h30 - 19h15	PILATES MATWORK 19h25 - 20h05	NEW BALANCE 17h15 - 18h15	BIKING 18h20 - 19h00	BODY BARRE 18h15 - 19h00	COURS VIDÉO
BIKING 19h20 - 20h00	COURS VIDÉO	CAF 18h15 - 19h00	CARDIO ATTACK 19h05 - 19h50	COURS VIDÉO	COURS VIDÉO
		YOGA 19h05 - 20h05			

