

Nos cours collectifs

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

CORE TRAINING

08h45 - 09h30

BIKING

09h15 - 10h00

COURS VIDÉO

STRETCHING

08h45 - 09h30

CIRCUIT BOXING

09h15 - 10h00

BALANCE

09h45 - 10h30

ABDOS FLASH

10h00 - 10h15

COURS VIDÉO

CORE TRAINING

09h45 - 10h30

COURS VIDÉO

CIRCUIT BOXING

12h15 - 13h00

BIKING

12h15 - 13h00

YOGA

12h15 - 13h15

BODY BARRES

12h15 - 13h00

COURS VIDÉO

BODY BARRES

17h15 - 18h00

CAF

17h30 - 18h15

ABDOS FLASH

17h45 - 18h00

CIRCUIT FITNESS

17h30 - 18h15

COURS VIDÉO

HIIT

18h10 - 18h55

HIIT

18h05 - 18h55

BIKING

18h00 - 18h40

BIKING

18h15 - 19h00

CIRCUIT BOXING

17h15 - 18h00

BALANCE

19h00 - 19h45

CORE TRAINING

19h00 - 19h30

BODY BARRES

18h45 - 19h30

CIRCUIT BOXING

19h00 - 19h45

YOGA

18h15 - 19h15

