

Nos cours collectifs

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

matin

BODY BALANCE
09h00 - 10h00

**CROSS TRAINING /
STRETCHING**
09h00 - 10h00

CAF
09h00 - 10h00

STRETCHING
09h00 - 10h00

YOGA
09h30 - 10h30

BODY BALANCE
10h00 - 11h00

**CROSS TRAINING /
STRETCHING**
10h00 - 11h00

CAF
10h00 - 11h00

STRETCHING
10h00 - 11h00

YOGA
10h30 - 11h30

midi

BODY ÉQUILIBRE
12h20 - 13h05

BIKE
12h20 - 13h05

CAF
12h20 - 13h05

BODY SCULT
12h20 - 13h05

après-midi

CAF
17h00 - 17h45

BODY ÉQUILIBRE
17h40 - 18h20

BODY SCULT
17h40 - 18h20

TABATA
17h40 - 18h10

BODY BARRE
17h40 - 18h10

BIKE
17h50 - 18h35

BODY BARRE
18h30 - 19h15

BODY COMBAT
18h30 - 19h15

ABDOS
18h20 - 18h50

BIKE
18h20 - 18h50

BODY COMBAT
18h45 - 19h30

CROSS TRAINING
19h15 - 19h45

BIKE
19h00 - 19h30

