

PLANNING COURS COLLECTIFS

Période de Septembre 2023 à Juin 2024 (Pas de cours du 23/12/23 au 01/01/24).

LUN

MAR

MER

JEU

VEN

SAM

Pilates
8h45-9h30

Stretching
9h30-10h

* Bike
18h20-19h05

* Crosstraining
18h20-19h05

C/A/F
19h15-20h

Yoga
8h45-09h45

Pilates
12h20-13h05

* tr-ix/abdos flash
17h50-18h30

* tr-ix/abdos flash
18h30-19h10

Zumba
19h15-20h

Pump
17h30-18h15

Pump
18h20-19h05

* Crosstraining
19h15-20h

* Bike
19h15-20h

Pump
8h45-9h30

Zumba
9h40-10h25

C/A/F
12h20-13h05

Pilates
17h30-18h15

Pilates
18h20-19h05

Hit
19h15-20h

C/A/F
08h45-09h30

* Small G Training
17h40-18h10

C/A/F
18h20-19h05

* Bike
19h15-20h

Cardio-Fit
19h15-20h

Cardio-Fit
11h-11h45

