

PLANNING COURS

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
Abdos Fessiers 10h00 durée 30'	Coaching personnalisé sur réservation avec ou sans abonnement	Abdos Fessiers 10h00 durée 30'	Coaching personnalisé sur réservation avec ou sans abonnement	ACCES LIBRE	Baby Forme 9h15 durée 45'
Stretching 10h30 durée 45'		Circuit Training 10h45 durée 30'			Abdos Fessiers 12h30 durée 45'
ACCES LIBRE 12h00/17h00				Coaching personnalisé sur réservation avec ou sans abonnement de 13h30 à 17h00	Stretching 11h15 durée 30'
Abdos Fessiers 17h15 durée 30'	Abdos Fessiers 18h00 durée 30'	Danse Forme 18h15 durée 30'	Trampo 18h00 durée 45'		ACCES LIBRE de 6h00 à 23h00
Step Débutant 18h00 durée 30'	Step inter Sem A 18h45 durée 45' Ball Form SemB	Body Pump 18h50 durée 45'	Abdos Fessiers 19h00 durée 30'		
Abdos Fessiers 18h45 durée 30'	Abdos Fessiers 19h45 durée 30'	Boxe 19h45 durée 45'	Cross Training 19h45 durée 45'		
Body Pump 19h30 durée 45'	Stretching 20h15 durée 30'				

Accès libre jusqu'à 23h