

PLANNING DES COURS COLLECTIFS 2018

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
12H30 - 13H15 BODY BARRE	12H30 - 13H15 CROSS TRAINING	12H30 - 13H00 SPECIAL ABDOS	12H30 - 13H15 BODY BARRE	12H30 - 13H00 SUPER SET	10H30 - 11H30 BODY BARRE
13H15 - 13H30 ABDOS EXPRESS	13h15 - 13H30 FESSIERS EXPRESS	13H00 - 13H30 CUISSSES-FESSIERS	13H15 - 13H30 GAINAGE	13H00 - 13H30 TAILLE-ABDOS	11H30 - 12H30 PILATES
18H30 - 19H15 CUISSSES-ABDOS-FESSIERS	18H30 - 19H00 CARDIO CORDE	18H30 - 19H15 BODY BARRE	18H30 - 19H00 SPECIAL ABDOS	18H00 - 18H45 SALSA INITIATION	
19H15 - 19H45 X-TREM BURN	19H00 - 20H00 PREPA PHYSIQUE	19H15 - 20H15 BOXE ANGLAISE	19H00 - 19H45 ZUMBA	18H45 - 19H30 SALSA DEBUTANT	
19H45 - 20H30 ZUMBA	20H00 - 20H30 TAILLE-ABDOS	20H15 - 20H30 ABDOS EXPRESS	19H45 - 20H30 PILATES	19H30 - 20H30 SALSA INTERMEDIAIRE	