

# Planning

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
matin	09h00-09h45 CONSEIL DIETETIQUE ET ENTRAINEMENT AVEC OU SANS RENDEZ VOUS 09h00-09h45 GymDouce					10h30 - 11h15 Pump bodysensation	10h30- 11h15 Abdo Fessiers Cuisses  11h15- 12h00 Bike
	Nutrition complément alimentaire						
Après-midi	12h30 - 13h15 Pump	12h30 - 13h15 Activlyse	12h30 - 13h15 BodySculpt	12h20 - 13h20 Yogalates	12h30 - 13h15 Bike Gym Trad.		
	Session FullBody Core training du lundi au jeudi de 12h30 - 13h30						
soir	17h30 - 18h15 C.A.F  18h15 - 19h00 BodyFitness  18h45 - 19h45 Détox time  19h00 - 19h45 Bike	17h30 - 18h15 Abdos Fessiers  18h15 - 19h00 Pump  19h00 - 19h30 bodysensation	17h30 - 18h15 BodySculpt  18h15 - 19h00 Activlyse  19h00 - 19h45 Bike	17h30 - 18h15 GYM TRAD  18h15 - 19h00 bodycardio  19H00- 19H45 Bike	17h30 - 18h15 Abdo - Bras - Dos  18h15 - 19h00 Bike		

Espace Paradis Sport

167 rue Paradis- Marseille 6ème

☎ 04 91 53 12 78

contact@paradis-sport.com

[www.espaceparadisport.com](http://www.espaceparadisport.com)

HORAIRE CLUB

Lundi au Vendredi 08h / 21h

Samedi 10h- 13h30

Dimanche 10h - 12h30

