

PLANNING ACTIVITÉS

FITNESS PARK MEYLAN

LUNDI

12h30 à 13h00*

MÉTAFIT

MARDI

18h30 à 19h15*

MÉTAFIT

VENDREDI

12h30 à 13h00*

MÉTAFIT

18h30 à 19h15*

**CIRCUIT
TRAINING**

CIRCUIT TRAINING

Vous cherchez une technique d'entraînement simple, rapide, efficace et ludique ? Alors essayez le circuit training !

MÉTAFIT

Pour mettre le feu au métabolisme!
Une séance de 30 minutes = 800 calories explosées dans les 24 heures qui suivent !!!

Nombre de place limité à 10 **participants** par cours sur réservation