

PLANNING COURS COACHÉS

LUNDI

6h00 à 10h00

COURS
COLLECTIFS
VIRTUELS

10h00 à 12h00

CROSS
TRAINING

12h00 à 23h00

COURS
COLLECTIFS
VIRTUELS

MARDI

6h00 à 23h00

COURS
COLLECTIFS
VIRTUELS

18h00 à 19h00

RENFORCEMENT
MUSCULAIRE

19h00 à 20h00

ZUMBA

20h00 à 20h30

STRETCHING

20h30 à 23h00

COURS
COLLECTIFS
VIRTUELS

MERCREDI

6h00 à 10h00

COURS
COLLECTIFS
VIRTUELS

10h00 à 11h00

CIRCUIT
TRAINING

11h00 à 17h00

COURS
COLLECTIFS
VIRTUELS

17h00 à 18h00

DÉCOUVERTE
DU CLUB
(Inscription à l'accueil)

18h30 à 19h30

CIRCUIT
TRAINING

19h30 à 23h00

COURS
COLLECTIFS
VIRTUELS

JEUDI

6h00 à 17h00

COURS
COLLECTIFS
VIRTUELS

16h00 à 18h00

CROSS
TRAINING

18h00 à 19h00

FIT LADY
(réservé aux femmes)

19h00 à 23h00

COURS
COLLECTIFS
VIRTUELS

VENDREDI

6h00 à 10h00

COURS
COLLECTIFS
VIRTUELS

10h00 à 11h00

DÉCOUVERTE
DU CLUB
(Inscription à l'accueil)

11h00 à 12h00

FIT LADY
(réservé aux femmes)

12h00 à 12h30

ABDOS
FLASH

12h30 à 13h00

AUTO
MASSAGE

13h00 à 18h00

COURS
COLLECTIFS
VIRTUELS

18h00 à 19h00

RENFORCEMENT
MUSCULAIRE

19h00 à 20h00

ZUMBA

20h00 à 20h30

STRETCHING

20h30 à 23h00

COURS
COLLECTIFS
VIRTUELS

SAMEDI

9h00 à 11h00

CROSS
TRAINING

11h00 à 13h00

CROSS
TRAINING

13h00 à 23h00

COURS
COLLECTIFS
VIRTUELS