

PLANNING DE COURS COLLECTIFS



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
<p>9H30 - 10H15</p> <p>CUISSES ABDOS FESSIERS</p> <p>10H15 - 11H00</p> <p>STEP</p> <p>11H00 - 11H15</p> <p>ABDOS FLASH</p>		<p>10H - 10H45</p> <p>STEP</p> <p>10H45 - 11H30</p> <p>CROSS TRAINING</p> <p>11H30 - 11H45</p> <p>ABDOS FLASH</p> <p>11H45 - 12H00</p> <p>STRETCHING</p>	<p>9H30 - 10H15</p> <p>LES MILLS BODYPUMP</p> <p>10H15 - 11H00</p> <p>GIGA COMBAT</p> <p>11H00 - 11H30</p> <p>STRETCHING</p>	<p>Planning pouvant être modifié à tout moment de l'année en fonction de la fréquentation.</p> <p>Après 5 min de retard, l'accès aux cours peut être refusé par mesure de sécurité.</p>	<p>10H - 11H00</p> <p>LES MILLS BODYPUMP</p> <p>11H - 11H45</p> <p>STEP CARDIO</p> <p>11H45 - 12H30</p> <p>CUISSES ABDOS FESSIERS</p>
<p>17h30 - 18h15</p> <p>CUISSES ABDOS FESSIERS</p> <p>18H15 - 19h00</p> <p>LES MILLS BODYPUMP</p> <p>19H00 - 19H45</p> <p>GIGA TRAMPO</p> <p>19H45 - 20H45</p> <p>ZUMBA</p>	<p>18H - 18H45</p> <p>SWISS BALL</p> <p>18H45 - 19H30</p> <p>CIRCUIT TRAINING</p> <p>19H30 - 20H30</p> <p>RAGGA Dancehall</p>	<p>18H30 - 19H00</p> <p>TABATA</p> <p>19H00 - 19H45</p> <p>CUISSES ABDOS FESSIERS</p> <p>19H45 - 20H30</p> <p>PILATES</p>	<p>18H30 - 19H15</p> <p>CIRCUIT TRAINING</p> <p>19H15 - 20H00</p> <p>LES MILLS BODYPUMP</p> <p>20H00 - 20H45</p> <p>GIGA TRAMPO</p>		<p>18H30 - 19H15</p> <p>LES MILLS BODYPUMP</p> <p>19H15 - 20H00</p> <p>CUISSES ABDOS FESSIERS</p> <p>20H00 - 20H15</p> <p>ABDOS FLASH</p> <p>20H15 - 20H30</p> <p>STRETCHING</p>