

PLANNING DE COURS COLLECTIFS



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
10H30 - 11H00 STRETCHING	10H30 - 11H15 GIGA SCULPT	10H30 - 11H00 CUISSSES ABDOS FESSIERS		10H30 - 11H CUISSSES FESSIERS	10H30 - 11H30 GIGA PUMP
11H00 - 11H30 CUISSSES ABDOS FESSIERS	11H15 - 11H45 ABDOS	11H00 - 11H30 STRETCHING		11H00 - 12H CIRCUIT TRAINING	11H30 - 11H45 ABDOS FLASH
11H30 - 12H30 GIGA TRAINING	11H45 - 12H15 GIGA HIIT	11H30 - 12H15 GIGA BIKE		12H - 12H15 ABDOS FLASH	11H45-12H30 GIGA BIKE
18H15 - 18H45 CUISSSES ABDOS FESSIERS	18H00 - 18H30 CUISSSES FESSIERS	18H15 - 19H00 GIGA SCULPT	18H15 - 19H00 GIGA PUMP	18H15 - 19H CUISSSES ABDOS FESSIERS	
18H45 - 19H40 GIGA PUMP	18H30 - 19H15 GIGA COMBAT	19H00 - 19H15 ABDOS FLASH	19H00 - 19H45 GIGA ATTACK	19H05 - 19H50 FIT WOD	
19H40 - 19H55 ABDOS FLASH	19H15 - 19H30 ABDOS FLASH	19H15 - 20H00 GIGA BIKE	19H45 - 20H30 CIRCUIT TRAINING	19H50 - 20H20 PILATES	
20H00 - 20H45 GIGA BIKE	19H30 - 20H15 GIGA PUMP	20H05 - 20H45 GIGA YOGA	20H30 - 21H00 ABDOS -STRETCH		
	20H15 - 21H00 ABDOS -STRETCH				

Planning pouvant être modifié à tout moment de l'année en fonction de la fréquentation.

Après 5 min de retard, l'accès aux cours peut être refusé par mesure de sécurité.