

Planning Pacé

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
10h00 60' YAKO TRAINING	10h00 30' ABDOS FESSIERS		10h00 30' YAKO+ INTÉGRAL	10h00 45' YAKO Attitude	10h00 45' YAKO PUMP
	10h30 45' YAKO BIKING		10h30 30' ABDOS FESSIERS	10h45 45' YAKO PUMP	10h45 30' YAKO détente
11h00 30' ABDOS FESSIERS	11h15 30' YAKO détente		11h00 30' YAKO détente		ABDOS FLASH
12h30 45' YAKO Attitude	12h30 45' YAKO TRAINING	12h00 COACHING CARDIO MUSCU	12h30 45' YAKO PUMP	12h30 45' CUISSSES ABDOS FESSIERS	
15h00 45' YAKO FORM'	15h00 30' ABDOS FESSIERS		15h00 30' ABDOS FESSIERS	15h00 30' ABDOS FESSIERS	
15h45 30' ABDOS FESSIERS	15h30 45' YAKO Attitude	16h45 30' GYM DOUCE	15h30 45' YAKO Attitude	15h30 30' YAKO+ INTÉGRAL	
17h30 45' YAKO PUMP	17h30 30' ABDOS FESSIERS	17h15 45' YAKO BIKING	17h30 45' STEP DEB.	17h30 45' YAKO TRAINING	
18h15 30' ABDOS FESSIERS	18h00 45' STEP DEB.	18h00 45' YAKO Attitude	18h15 30' ABDOS FESSIERS	18h15 45' AERO DEB.	
18h45 45' STEP INTER.	18h45 45' YAKO PUMP	18h45 45' AERO INTER.	18h45 45' YAKO baila	19h00 30' ABDOS FESSIERS	
19h30 45' YAKO BIKING	19h30 30' YAKO baila	19h30 30' ABDOS FESSIERS	19h30 30' YAKO+ INTÉGRAL	19h30 30' YAKO baila	
20h15 30' YAKO détente	20h00 30' ABDOS FESSIERS	20h00 45' YAKO FORM'	20h00 30' YAKO JUMP	20h00 30' YAKO détente	

Fréquentation à volonté

Horaires

Lundi, mardi, jeudi
et vendredi
de 09h30 à 21h00
Mercredi
de 12h00 à 21h00
Samedi
de 09h30 à 12h30

LIBRE ACCES 6h-23h 7J/7