

Planning Tinquex

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
10h00 30' ABDOS FESSIERS	10h00 45' YAKO PUMP	10h00 30' YAKO INTÉGRAL		10h00 45' YAKO TRAINING	10h00 45' YAKO BIKING
10h30 45' STEP DEB.	10h45 30' YAKO BALL	10h30 30' ABDOS FESSIERS		10h45 45' YAKO Attitude	10h45 30' ABDOS FESSIERS
11h15 30' YAKO détente	11h15 30' YAKO Attitude	11h00 30' YAKO détente			11h15 30' YAKO baila
12h30 45' YAKO PUMP	12h30 45' YAKO TRAINING	12h30 45' YAKO BALL		12h30 45' ABDOS FESSIERS	
15h00 30' YAKO baila	15h00 30' ABDOS FESSIERS	15h00 30' GYM DOUCE		15h00 30' YAKO INTÉGRAL	
15h30 30' ABDOS FESSIERS	15h30 30' YAKO INTÉGRAL	15h30 30' YAKO détente		15h30 30' YAKO BALL	
17h30 30' YAKO TRAINING	17h30 30' YAKO COMBAT	17h30 30' ABDOS FESSIERS	17h30 45' YAKO PUMP	17h30 30' YAKO baila	
18h00 30' ABDOS FESSIERS	18h00 30' YAKO INTÉGRAL	18h00 45' STEP	18h15 30' YAKO baila	18h00 45' YAKO BIKING	
18h30 45' AERO	18h30 30' ABDOS FESSIERS	18h45 45' YAKO BIKING	18h45 45' STEP DEB.	18h45 45' YAKO PUMP	
19h15 45' YAKO BIKING	19h00 45' STEP INTER	19h30 30' YAKO baila	19h30 30' ABDOS FESSIERS	19h30 30' YAKO COMBAT	
20h00 30' YAKO détente	19h45 30' YAKO Attitude	20h00 30' YAKO BALL	20h00 30' YAKO détente	20h00 30' ABDOS FESSIERS	

Fréquentation à volonté

Horaires d'ouverture :
Lundi, Mardi, Mercredi
et Vendredi
de 09h30 à 21h00
Jeudi
de 17h00 à 21h00
Samedi
de 09h30 à 12h30

Libre accès 7j/7 de 6h à 23h
en option - voir conditions en club