

COURS COLLECTIFS

AVEC PROFESSEURS DIPLOMÉS

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
9H30 LES MILLS BODYPUMP	10H00 STRECHING GYM DOUCE	10H00 TOTAL GYM	9H30 LES MILLS BODYPUMP		10H00 TOTAL SILHOUETTE
10H30	11H00	11H00	10H30		11H00
12H30 CROSS GAME	12H30 LES MILLS BODYPUMP	12H30 TOTAL SILHOUETTE	12H30 LES MILLS BODYCOMBAT	12H30 TOTAL SILHOUETTE	LES MILLS BODYCOMBAT 12H00
13H15	13H15	13H15	13H15	13H15	
17H30 ABDOS GAINAGE	17H15 CROSS GAME	17H30 LES MILLS BODYCOMBAT	17H30 TOTAL SILHOUETTE	19H15 LES MILLS BODYPUMP	
18H00 LES MILLS BODYPUMP	18H00 LES MILLS BODYCOMBAT	18H00 TOTAL SILHOUETTE	18H00 CROSS GAME	20H15 ABDOS FESSIERS	
18H45 LES MILLS BODYCOMBAT	18H45 ZUMBA INCC	18H45 LES MILLS BODYPUMP	18H45 PILATES	21H00	
19H30 TOTAL SILHOUETTE	19H45 PILATES	19H30 STEP	19H15 ZUMBA INCC		
20H15 STEP	20H15	20H15	20H15		
21H00					

