

COURS COLLECTIFS

AVEC PROFESSEURS DIPLOMÉS

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
9H30	9H30	9H30	9H30	9H30	10H00
LES MILLS BODYPUMP	STRETCHING GYM DOUCE	CROSS GAME	LES MILLS BODYPUMP	TOTAL SILHOUETTE	TOTAL SILHOUETTE
10H30	10H30	10H30	10H30	10H30	11H00
12H30	12H30	12H30	12H30	12H30	LES MILLS BODYCOMBAT
CROSS GAME	LES MILLS BODYCOMBAT	ABDOS	LES MILLS BODYCOMBAT	LES MILLS BODYPUMP	12H00
13H15	13H15	13H15	13H00	13H15	
17H45	18H00	18H00	18H00	18H00	
PILATE	CROSS GAME	LES MILLS BODYPUMP	CROSS GAME	TOTAL SILHOUETTE	
18H30	18H45	18H45	18H45	18H45	
ZUMBA FLEX	LES MILLS BODYCOMBAT	ZUMBA FLEX	LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS BODYCOMBAT	
19H30	19H45	19H45	19H45	19H45	
STEP	ABDOS	PILATE	TOTAL SILHOUETTE	LES MILLS BODYPUMP	
20H15	20H15	20H30	20H15	20H15	



Nova Gym