

PLANNING COURS COLLECTIFS

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Full Body 9h30 - 10h15	Postural ball 9h30 - 10h30	Ceinture Abdo 9h30 - 10h00	Pilates 9h30 - 10h15	Postural ball 9h30 - 10h30	
STEP / LIA Dance 10h15 - 11h00	Stretch 10h30 - 11h00	RPM 10h00 - 10h45	 10h15 - 11h00	Full Body 10h30 - 11h15	YOGA 10h30 - 11h30
Stretch 11h00 - 11h30			Stretch 11h00 - 11h30	Stretch 11h15 - 11h45	
Body Pump 12h30 - 13h15	RPM 12h30 - 13h15	Cross-training 12h30 - 13h15	Pilates 12h30 - 13h15	RPM 12h30 - 13h15	
Ceinture Abdo 17h30 - 18h00	Abdos Fessiers 17h30 - 18h00	Full Body 17h30 - 18h15	Full Body 17h30 - 18h15	Abdos Fessiers 17h30 - 18h00	
 18h00 - 18h45	Body Pump 18h15 - 19h00	YOGA 18h30 - 19h30	CardioBox 18h15 - 19h00	RPM 18h00 - 18h45	
RPM 18h30 - 19h15	RPM 19h15 - 20h00	RPM 19h30 - 20h15	Body Pump 19h15 - 20h15	 18h45 - 19h30	
Pilates FUSION 19h00 - 20h00	Pilates 19h15 - 20h15			Pilates 19h30 - 20h15	



Ouverture : en semaine de 7h00 à 21h & le samedi et dimanche de 7h00 à 18h00.