

PLANNING DES COURS COLLECTIFS

Gym System

Musculation - Cardio training - Fitness - Biking

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
 BODY PUMP 10h - 11h	 BODY FIT 10h - 11h		 BODY FIT 10h - 11h	 TRX 10h - 10h45	 CUISSES ABDOS FESSIERS 10h - 11h
	 STRETCHING 11h - 11h30		 RPM 11h15 - 12h	 PILATES 11h - 12h	
 RPM 12h40 - 13h25	 CORE 12h30 - 13h15	 PILATES 12h45 - 13h45	 CORE 12h30 - 13h30	 BODY PUMP 12h30 - 13h30	
			 TRX 17h45 - 18h30		
 BODY BARRE 18h15 - 19h15	 100% ABDOS 18h15 - 18h45	 CROSS TRAINING 18h15 - 19h15	 100% ABDOS 18h30 - 19h	 BIKING 18h15 - 19h	
 BIKING 19h30 - 20h15	 CROSS TRAINING 19h - 20h	 RPM 19h30 - 20h15	 BODY BARRE 19h15 - 20h15	 VIRTUEL à la demande	

Ouvert du lundi au samedi de 8h à 21h et le samedi de 8h à 13h

Tél : 05 57 34 09 52

Conception graphique : Agence de communication - 02 38 52 41 83