

FITNESS

2020 - 2021

		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
ENERGIE	FITBIKE	18:30 - 19:15		19:15 - 20:00	12:30 - 13:15	18:30 - 19:15	
	DANCE FUSION			12:30 - 13:15	10:15 - 11:00		
	ZUMBA		20:15 - 21:00				
EQUILIBRE	GYM DOUCE STRETCHING					10:30 - 11:15	
	ADAPT FIT		10:15 - 11:00			12:30 - 13:15	
	SWISS BALL/STRETCHING					19:15 - 20:00	
	YOGA						10:00 - 11:30*
TONICITE	ABDOS	19:30 - 20:00					
	ABDOS FESSIERS			18:30 - 19:00			
	CAF	10:15 - 11:00	12:30 - 13:15		19:15 - 20:00		
	BODY SCULPT	12:30 - 13:15	19:15 - 20:00		18:30 - 19:15		
	FITNESS JUMP		18 : 30 - 19 : 00				
	BABY GYM			09:45 - 10:30 10:30 - 11:15			
LES + SPORT ACCESS	NORDIC WALKING (a partir de la Toussaint)		10:00 - 11:30		14:00 - 15:30		
	EDUCABOXE			14:00 - 16:00*			

La direction se reserve le droit de modifier le planning - Pas de cours les jours fériés. *Sur réservation uniquement - Reprise des cours le 14/09/2020

Pour plus d'infos

