

PLANNING 2023 - 2024

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
		PILATES 09:00 - 09:45			ABDOS FLASH 11:00 - 11:30
CAF 12:30 - 13:15		HIIT 12:30 - 13:15		BODY SCULPT 12:30 - 13:15	CROSS TRAINING* 11:45 - 12:30
- GET READY - GET READY - GET READY -					
					X
BODY SCULPT 18:30 - 19:00	STEP 18:30 - 19:00	PUMP 18:30 - 19:00			
BIKING* 19:00 - 19:45	HANCHES / FESSIERS 19:00 - 19:30	ABDOS FLASH 19:00 - 19:30	CARDIO FIT 18:30 - 19:15	YOGA 18:15 - 19:15	
ABDOS FLASH 19:00 - 19:30	CUISSES / ABDOS 19:30 - 20:00	BIKING* 19:00 - 19:45	PILATES 19:15 - 20:00	BIKING* 18:45 - 19:30	
FIT JUMPING 19:30 - 20:00	CROSS TRAINING* 19:30 - 20:15	FIT JUMPING 19:30 - 20:00	CROSS TRAINING* 19:15 - 20:00	PUMP 19:30 - 20:15	

* Non compris dans l'abonnement « Fitness »

La direction se réserve le droit de modifier le planning durant l'année.