

PLANNING COURS – COLLECTIFS

● Planning hebdomadaire ●

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
09h00 - 09h50 FAC 50' 10h00 - 10h50 BODYBALANCE LESMILLS	09h00 - 09h55 BODYPUMP 55' LESMILLS 10h00 - 10h45 STRETCHING		09h00 - 09h45 RPM LESMILLS 10h00 - 10h45 PILATES	09h00 - 09h50 COMPIL	09h30 - 10h15 BODYPUMP 45' LESMILLS 10h30 - 11h15 RPM LESMILLS
12h30 - 13h00 ABDOS 30'	12h20 - 13h05 BODYPUMP 45' LESMILLS		12h20 - 13h05 RPM LESMILLS	12h20 - 13h05 YOGA TOUS NIVEAUX	
		17h15 - 17h45 FAC 30'			
17h30 - 18h00 FAC 30' 18h05 - 18h35 BODYPUMP 30' LESMILLS	17h30 - 18h20 BODYBALANCE LESMILLS 17h50 - 18h35 RPM LESMILLS		17h30 - 18h00 ABDOS 30' 18h05 - 19h00 BODYPUMP 55' LESMILLS	17h45 - 18h30 HIIT WORKOUT <i>Fat Burner</i>	
18h45 - 19h30 CIRCUIT TRAINING TOUS NIVEAUX	18h30 - 19h15 RPM LESMILLS		19h05 - 19h50 RPM LESMILLS		

Document non contractuel, la direction se réserve la possibilité de changer les horaires en fonction des impératifs de fonctionnement. Merci de votre compréhension ! :)



**4 JOURS PAR SEMAINE,
PROFITEZ DU SAUNA**
après votre séance !

VOIR HORAIRES D'ACCUEIL

