

Planning Cours Collectifs

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
9h30	PILATES Morgane	CAF 45'	HIIT 45'	Yoga Jacqueline	PILATES Morgane	Renforcement Musculaire	
10h00							LES MILLS BODYPUMP
12h15	Renforcement Musculaire Jacqueline	PILATES Morgane	SCULPT 45' Yvelise	LES MILLS BODYPUMP Sabrina	HIIT Sabrina		
14h30		SCULPT 45'					
17H30			SCULPT 45' Yvelise				
18h00	ZUMBA Claire	PILOXING Claire		STEP 45' Claire	LES MILLS BODYPUMP Sabrina		
18h15			ZUMBA Sabrina				
18h50		HIIT 30' Claire		HIIT 45' Jacqueline			
19h00	Energetic Yoga Jacqueline						

Horaires de présence : Lundi – Mardi – Mercredi – Jeudi : 9h00 – 20h00, Vendredi: 10h00 – 19h00 Samedi: 9h30 – 12h30 Tel : 078 965 44 33 / 021 323 38 38

La salle reste en accès libre de 6h à 22h du lundi au dimanche.

Les Cours de Body Pump et Piloxing durent 45 minutes.