

PLANNING DE COURS COLLECTIFS



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
9H00-9h45 GYM HARMONIE 9h45-10H30 BODY TONIC 10H30-11H00 STRETCHING 12H30-13H00 CROSS TRAINING* 18H00-18H45 AEROBOXE 18H45-19H00 ABDOS 19H00-19H15 STRETCHING 19H40-20H50 YOGA**	9H15-9h45 CARDIO 9h15-9h45 9h45-10h15 CROSS TRAINING* 9h45-10H30 FAC 10H30-11H00 STRETCHING 12H30-13H00 BODY PUMP 18H00-18H40 AERODANCE 18H40-19H20 FAC	9H15-10H00 BODY SCULPT 10H00-10H30 PILATES 10H30-11H45 YOGA** 12H30-13H00 BIKING* 17H30-18H15 FLASH CUISSES FLASH FESSIERS FLASH ABDOS 18H15-19H00 STEP	9H15-9H45 RENFO HAUT 9H45-10H15 ABDOS FESSIERS 10H15-11H00 GYM HARMONIE 12H30-13H00 ABDOS FESSIERS 17h00-18h00 POP LINE DANCE** 18H15-19H00 BIKING* 19H00-19H30 PILATES 19H45-20H30 STRONG / JUMP*	9H15-9H45 BIKING* 10H00-10H30 STRETCHING 10H30-11H00 PILATES CONFIRME 12H30-13H00 CROSS TRAINING*	10H00-10H45 BODY TONIC 10H45-11H30 BIKING*

*réservation obligatoire

**cours non assurés pendant les vacances scolaires

Membre résokit
200 clubs en France



HORAIRES D'OUVERTURE

Lundi - Mercredi*
7h30-21h00

Mardi - Jeudi
9h00-21h00

Vendredi*
9h00-20h30

Samedi
9h00-13h00

Dimanche**
10h00-12h30

VACANCES SCOLAIRES
*Fermé entre 13h30 et 17h00
** Fermé