

Planning du 11 au 26 juillet

Reprise des cours collectifs le 26 août!!!!
Votre centre reste ouvert aux mêmes horaires.

La direction se réserve le droit de modifier le planning, le cas échéant.

LUNDI

9H15 : BODY PUMP
10H15 : STRETCH

12H30 : BODY BALANCE

18H : BODY PUMP
18H45 : RPM
18H45 : ENTRAINEMENT
FONCTIONNEL ADAPTE
19H30 : BODY COMBAT

MARDI

18H : ABDOS
18H15 : BODY BALANCE
18H45 : HIIT
19H15 : BODY ATTACK

MERCREDI

18H : AERODANCE
19H : STEP
19H15 : RPM

**Pas de cours de
BODY BALANCE
le dimanche 14
juillet
Pas de cours de
RPM le jeudi 18
juillet**

JEUDI

12H30 : RPM

18H30 : SH'BAM
19H15 : YOGA

VENDREDI

9H15 : RPM
9H45 : CROSS-TRAINING

12H30 : BODY PUMP

SAMEDI

10H30 : HIIT
11H15 : RPM **OU** 10H30 : BODY COMBAT

DIMANCHE

10H30 : BODY BALANCE