

PLANNING DE COURS COLLECTIFS



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
9H45 - 10H45 CARDIO BOXE					
10H45 - 11H45 GIGA PILATE	10H00 - 11H00 GIGA PILATE	10H00 - 11H00 CARDIO BOXE	10H00 - 10H45 CAF		10H30 - 11H15 100% BALLON
				11H15 - 12H15 ZUMBA	11H30 - 12H30 POWERFIT
12H30 - 13H15 CAF	12H30 - 13H15 STEP	12H30 - 13H15 100% BALLON	12H30 - 13H15 STEP	TRAMPO-FIT	
		14H30 - 15H15 ZUMBA KIDS			
	17H00 - 17H45 ZUMBA	15H30 - 16H30 ZUMBA KIDS			
18H00 - 18H45 ENERGY SCULPT	17H50 - 18H20 CAF	17H00 - 18H00 ZUMBA		17H30 - 18H15 TRAMPO-FIT	
18H45 - 19H30 POWERFIT	18H25 - 18H55 CAF	18H15 - 19H15 POWERFIT	18H00 - 18H45 ENERGY SCULPT	18H15 - 19H00 RAGGAE DANCE HALL	
19H30 - 20H00 ABDOS X-CORE	19H15 - 20H15 TRAMPO-FIT	19H15 - 20H00 DANCING STEP	19H00 - 20H00 SALSA	19H00 - 19H45 FIT STEP ABDOS FESSIERS	
20H15 - 21H15 ZUMBA		20H00 - 20H45 GIGA PILATE		20H00 - 20H30 STRETCHING	

Cours remplacés par GIGA PILATE et ZUMBA chaque dernier samedi du mois aux mêmes heures

Planning pouvant être modifié à tout moment de l'année en fonction de la fréquentation.

Après 5 min de retard, l'accès aux cours peut être refusé par mesure de sécurité.