

PLANNING DE COURS COLLECTIFS

ETE 2024



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
9H30 FULL BODY	9H30 PILATES	9H30 CAF MUSCU	9H30 FULL BODY	9H30 PILATES	9H00 VINYASA YOGA
10H30 MOBILITY	10H30 BODY SUSPENSION	10H30 MOBILITY	10H30 STEP GOLD	10H30 CAF	10H30 BODY PUMP <i>LES MILLS</i>
12H30 BODY ATTACK <i>LES MILLS</i>	12H30 FULL BODY	12H30 BODY PUMP <i>LES MILLS</i>	12H30 STEP II	12H30 CROSS TRAINING	11H30 RPM <i>LES MILLS</i>
17H30 PILATES	17H30 CARDIO BOXE	17H30 HATHA YOGA	17H30 CROSS TRAINING	17H30 FULL BODY	<p>POUR VOTRE SÉCURITÉ ET LE BON DÉROULEMENT DES COURS</p> <ul style="list-style-type: none"> Réservez votre cours ! Ce planning évolue selon la fréquentation et les saisons. Venez 10 minutes avant le cours pour vous installer. Sacs et vestes sont interdits dans l'espace de cours. Gardez votre gourde, serviette et tapis avec vous. Nettoyez votre matériel après utilisation.
18H30 BODY PUMP <i>LES MILLS</i>	18H30 CAF	18H30 BODY ATTACK <i>LES MILLS</i>	18H30 CARDIO BOXE RPM <i>LES MILLS</i>	18H30 ZUMBA	
19H30 RPM <i>LES MILLS</i>	19H30 STEP II	19H30 ZUMBA	19H30 BODY SUSPENSION		