

ARGENTEUIL

PLANNING FITNESS SEPTEMBRE PROVISOIRE

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
10H00 -10H45 GIGA PILATE ETIREMENTS RENFO	10H00-10H45 GIGA SCULPT RENFORCEMENT	10H00 -10H45 GIGA BALANCE MIXE PILATE TAICHI YOHA	10H00-10H45 GIGA SCULPT RENFORCEMENT	10H00-10H30 GIGA PILATE ETIREMENTS RENFO	10H - 10H30 GIGA PUMP RENFORCEMENT	10H - 10H30 GIGA BALANCE MIXE PILATE TAICHI YOHA
10H45 - 11H30 GIGA PUMP RENFORCEMENT	10H45 - 11H GIGA STRETCH ETIREMENTS	10H45 - 11H15 GIGA STRETCH ETIREMENTS	10H45 - 11H30 BOOT CAMP SENIOR	10H30 - 11H15 GIGA BALANCE MIXE PILATE TAICHI YOHA	10H30 - 11H BODY COMBAT	10H30 - 11H15 GIGA PUMP RENFORCEMENT
11H30 -12H15 GIGA BIKE	11H00 -11H45 GIG'AFRO DANSE AFRICAINE	11H15 - 12H00 GIGA PUMP	11H30 - 12H GIGA BIKE Express	11H15-12H00 GIGA PUMP RENFORCEMENT	11H - 11H30 GIGA BIKE Express	11H15 - 11H45 GIGA ATTACK CARDIO
12H15-12H30 ABDOS FLASH	11H45-12H30 GIGA PUMP RENFORCEMENT	12H - 12H30 GIGA BIKE	11H30 - 12H GIG' AF ABDOS FESSIERS	12H00-12H30 GIGA BIKE Express	11H30 - 12H GIGA BALANCE MIXE PILATE TAICHI YOHA	11H45 - 12H15 GIGA TRAMPO service premium
18H - 18H30 GIG' AF ABDOS FESSIERS	18H - 18H30 GIG' AF ABDOS FESSIERS	18H - 18H30 GIGA TRAMPO service premium	18H - 18H30 GIGA BIKE	18H00- 18H30 GIGA PUMP RENFORCEMENT		
18H30-19H ZUMBA DANSE	18H30-19H00 GIGA TRAMPO service premium	18H30 - 19H00 GIGA ATTACK CARDIO	18H30-19H ALL STYLE Dance	18H30 - 19H GIGA BIKE		
19H - 19H30 BOOT CAMP COMMANDO	19H00 - 19H30 GIGA BIKE Express	19H - 19H30 ZUMBA DANSE	19H - 19H30 BOOT CAMP COMMANDO	19H - 19H30 GIGA TRAMPO service premium		
19H30 - 20H GIGA BIKE Express	19H30-20H GIGA COMBAT RENFO CARDIO	19H30 - 20H GIGA PUMP RENFORCEMENT	19H30 - 20H GIGA STRETCH ETIREMENTS	19H30 - 20H GIGA ATTACK CARDIO		
20H - 20h30 GIG' AF ABDOS FESSIERS	20H - 20h30 GIG' AF ABDOS FESSIERS	20H - 20h30 GIG' AF ABDOS FESSIERS	20H - 20h30 GIG' AF ABDOS FESSIERS	20H - 20h30 GIG' AF ABDOS FESSIERS		

PROTOCOLE COVID19
CAPACITE MAX 25 PERSONNES
1H MAX/PRATIQUANT
2 COURS MAX/PERSONNE
SERVETTE OBLIGATOIRE
DESINFECTION DU MATERIEL
OBLIGATOIRE

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

ARGENTEUIL

PLANNING AQUATIQUE SEPTEMBRE

GIGAFIT
Vivez le Fitness en Grand !

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	DIMANCHE
10H-10H45 AQUA FITNESS	10H-10H45 AQUA TRAINING	10H-10H45 AQUA FITNESS	10H-10H45 AQUA TRAINING	10H-10H45 AQUA FITNESS	10H-10H30 AQUA FITNESS	
10H45-11H15 AQUA ABDO	10H45-11H15 AQUA BOXING	10H45-11H30 AQUA BOXING	10H45-11H15 AQUA FITNESS	10H45-11H15 AQUA TRAINING	10H30-11H15 AQUA TRAINING	
11H15-12H00 AQUABIKE Service Premium	11H15-12H00 AQUABIKE Service Premium	11H30-12H00 AQUABIKE Service Premium	11H15-12H00 AQUABIKE Service Premium	11H30-12H00 AQUABIKE Service Premium	11H15-12H00 AQUABIKE Service Premium	
18H - 18H30 AQUA COMBAT	18H - 18H30 AQUA BOXING	19H - 19H30 AQUA FITNESS	18H - 18H45 AQUABIKE Service Premium	18H - 18H45 AQUA TRAMPO		
18H30-19H15 AQUA TRAINING	18H30-19H15 AQUA CROSSFT	19H - 20H AQUA TRAINING	18H45 - 19H30 AQUA COMBAT	18H45-19H30 AQUA CROSSFT		
19H15-20H AQUABIKE Service Premium	19H15-20H AQUABIKE Service Premium		19H30 - 20H AQUA FITNESS	19H30-20H AQUABIKE Service Premium		

PROTOCOLE COVID19
CAPACITE MAX 15 PERSONNES
2 COURS MAX/PERSONNE
1H MAX/PATRIQUANT
SERVIETTE OBLIGATOIRE
DOUCHE OBLIGATOIRE
MAILLOT DE BAIN OBLIGATOIRE
Planning pouvant être modifié a tout moment
de l'année en fonction de la fréquentation

GIGAFIT Argenteuil

33 rue Etienne Chevalier
Tel. 01 39 47 01 01



Gigafit
Argenteuil



Gigafit
France

Retrouvez-nous sur
www.gigafit.fr

ARGENTEUIL

PLANNING BOXE & BIKE SEPTEMBRE

GIGAFIT

Vivez le Fitness en Grand !

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
<p>12H15 - 12H15</p> <p>BOXE & BIKE LVL DEBUTANT</p>			<p>12H15 - 13H</p> <p>BOXE & BIKE</p>			<p>10H - 10H45</p> <p>BOXE & BIKE DEBUTANT</p> <p>10H45 - 11H30</p> <p>BOXE & BIKE</p>
<p>18H30 - 19H15</p> <p>BOXE & BIKE</p>	<p>19H45 - 20H30</p> <p>BOXE & BIKE</p>	<p>18H - 18H45</p> <p>BOXE & BIKE</p>				
<p>19H15 - 20H00</p> <p>BOXE & BIKE</p>	<p>20H30 - 21H15</p> <p>BOXE & BIKE</p>	<p>ADIL</p>	<p>19H - 20H</p> <p>BOXE & BIKE</p>			
			<p>ADIL</p>			

PROTOCOLE COVID19
CAPACITE MAX 8 PERSONNES
1 COURS MAX/PERSONNE
SERVIETTE OBLIGATOIRE
DESINFECTION MATERIEL OBLIGATOIRE
Planning pouvant être modifié a tout moment
de l'année en fonction de la fréquentation

GIGAFIT Argenteuil
33 rue Etienne Chevalier
Tel. 01 39 47 01 01



Retrouvez-nous sur
www.gigafit.fr