





BRIVE

PLANNING FITNESS JANVIER 2022

GIGAFIT

Vivez le Fitness en Grand !

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	DIMANCHE
10h-10h45 CAF	10h-10h30 RENFO INTEGRAL	LIBRE ACCES UNIQUEMENT POUR LES ADHERENTS	10h-10h45 STEP	10h-10h30 ABDOS FESSIERS	11h-12h (1x par mois) STAGE* DANSE AFRICAINE	
10h45-11h15 STRETCHING	10h30-11h30 PILATES		10h45-11h30 RENFO INTEGRAL	10h30-11h15 POSTURAL BALL		
12h30-13h15 PUMP	12h30 13h15 POUND		12h30 13h15 CAF	12h30-13h15 BIKING ★	14h-15h30 (1x par mois) STAGE* DANSES (voir programmation)	
15h-17h INITIATION MUSCULATION SUR RDV	15h-15h45 GYM DOUCE		15h-16h YOGA	15h-17h INITIATION MUSCULATION SUR RDV	★ ACTIVITE PREMIUM (en option)  ASSOCIATION DEEP PASSION	
17h45-18h15 ABDOS FESSIERS	17h45-18h15 RENFO INTEGRAL		16h15-18h INITIATION MUSCULATION SUR RDV	17h45-18h30 PUMP		
18h15-19h PUMP	18h15-19h ZUMBA		18h15-19h BIKING ★	18h15-19h CROSS TRAINING	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. *Stages payants Danse africaine avec Thomas : 5 € Danses avec Marina : 8€ adhérent/10€ non adhérent	
19h15-20h BIKING ★	19h15-20h SELF-DEFENSE		19h15-20h CAF	19h15-20h STEP		
20h15-21h15 SALSA 	20h15-21h15 KIZOMBA 		20h-21h ZUMBA	20h15 22H15 BACHATA débutant 20h15 Inter 21h15 		

GIGAFIT Brive
11 impasse de la Sarretie
19100 Brive-la-Gaillarde
05 55 24 19 76



Gigafit
Brive



Gigafit
Brive

Retrouvez-nous sur
www.gigafit.fr