



PLANNING DE COURS

GIGAFIT
CONFLANS

| LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENREDI | SAMEDI |
|---|--|--|---|--|---|
| <p>18H00 - 18H45 100% ABDOS</p> <p>19H00 - 19H45 PUMP</p> <p>20H00 - 20H45 GIGA FIGHT</p> | <p>18H30 - 19H15 CAF</p> <p>19H15 - 20H00 CIRCUIT TRAINING</p> <p>20H00-20h45 BIKING</p> | <p>18H30 - 19H15 HIIT TRAINING</p> <p>19H15-20H00 PUMP</p> <p>20H00-20H45 BODY ZEN</p> | <p>18H30 - 19H15 PUMP</p> <p>19H15-20H00 ZUMBA</p> <p>20H00-20H45 PILATES</p> | <p>18H30 - 19H15 CAF</p> <p>19H15-20H00 CIRCUIT TRAINING</p> <p>20H00 - 20H45 BIKING</p> | <p>11H00-11H45 ZUMBA</p> <p>11H45-12H30 CAF</p> |

