

PLANNING DE COURS COLLECTIFS

LUNDI

12H15 - 13H15

ZUMBA

13H15- 14H

CAF

14H- 14H15

STRETCHING

18H - 18H30

CIRCUIT FORME

18H30 - 19 H

ABDOS FESSIERS

19H - 19H45

CROSS TRAINING

19H45 - 20H

STRETCHING

MARDI

12H15 -13H00

GIGA PUMP

13H- 13H45

CROSS TRAINING

13H45- 14H15

GIGA ABDOS

18H - 18H30

CIRCUIT FORME

18H30 - 19H

TRAINING BOXE

19H - 19H30

GIGA ABDOS

19H30 - 20H00

GIGA BOOTY

MERCREDI

18H - 18H30

ABDOS FESSIERS

18H30 - 19H

CROSS TRAINING

19H - 19H45

STEP

19H45 - 20H

ZUMBA

JEUDI

12H15 -13H

GIGA COMBAT

13H- 13H45

GIGA PUMP

13H45 - 14H15

GIGA BOOTY

18H - 18H30

HIT WOORKOUT

18H30 - 19H00

GIGA PUMP

19H - 19H45

GIGA COMBAT

19H45 - 20H00

ABDOS FLASH

VENDREDI

12H15 -13H

GIGA TRAINING

13H-13H45

CAF

13H45 - 14H15

HIIT WORKOUT

SAMEDI

10H -10H30

GIGA SCULPT

10H30 - 11H15

TRAINING BOXE

11H15- 11H45

CROSS TRAINING

11H45 - 12H

STRETCHING

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.

**100% PREMIUM
100% FITNESS**