

COURS - A PARTIR DE JANVIER 2023 -

LUNDI MARDI MERCREDI JEUDI VENDREDI SAMEDI DIMANCHE

8H OUVERTURE
12H30 – 13H15 Cuis Abd Fess
13H15– 13H45 Stretching
18H00 – 18H45 Pilates
18H45 – 19H30 Body Sculpt
19H30 – 20H Cardio Hit
20H15 – 21H15 Yoga dyna confirmé
22H FERMETURE

8H OUVERTURE
9H30 – 10H30 Pilates
12H30 – 13H30 Pilates
18H30 – 19H30 Cuis Abd Fess
19H30 – 20H30 Cardio Boxe
21H30 FERMETURE

8H OUVERTURE
12H30 – 13H30 Body Sculpt
18H30 – 19H30 Body Sculpt
19H30 – 21H00 Latino Dance
22H00 FERMETURE

8H OUVERTURE
9H30 – 10H30 Pilates
12H30 – 13H30 Fessiers Sculpt
18H30 – 19H30 Pilates
19H30 – 20H30 Cuis Abd Fess
21H30 FERMETURE

8H OUVERTURE
9H30 – 10H30 Yoga
12H30 – 13H30 Cuis Abd Fess
19H00 – 20H00 Latino Dance
21H FERMETURE

9H00 OUVERTURE
9H30 – 10H15 Pilates Fusion
10H15 – 11H Cuis Abd Fess
11H - 11H45 Body Sculpt
11H45 – 12H Stretch
12H15 – 13H Barre au Sol
13H– 13H45 Danse Afro Modern
14H00 –15H00 Yoga
18H FERMETURE

10H00 OUVERTURE
10H30 – 11H Body Sculpt
11H – 11H45 Cuis Abd Fess
11H45 – 12H45 Pilates
12H45 – 13H Stretching
13H30 FERMETURE

