

PARMENTIER : A PARTIR DU LUNDI 03 JANVIER 2022

LUNDI MARDI MERCREDI JEUDI VENDREDI SAMEDI DIMANCHE

7H30 OUVERTURE
8H45 - 9H45 Pilates Sculpt
10H00 -11H00 Yoga dynamique
13H -13H30 Fessiers Sculpt
13H30 - 14H00 Abdos Sculpt
18H15 - 19H Pilates
19H – 19H30 Biking
19H30 – 20H30 Pumping Class
20H30 -21H15 Zumba
22H FERMETURE

7H30 OUVERTURE
9H15 – 10H00 Step Deb
10H – 11H Pilates
13H00 – 14H00 Pilates Inter
19H – 19H45 Pilates
19H45 – 20H30 Cardio Max
20H30– 21H00 Abd Fess Sculpt
22H FERMETURE

7H30 OUVERTURE
9H30 – 10H30 Pumping Class
12H30 – 13H00 Abdos Fessiers
13H00 – 13H30 Stretching
19H – 19H30 Abdos Fessiers
19H30 – 20H30 Pumping Class
20H30 – 21H Cardio Boxe
22H FERMETURE

7H30 OUVERTURE
10H – 11H Pilates
13H00 – 14H00 Pilates Débutant
18H - 18H30 Abd Fess Sculpt
18H30 – 19H15 Pumping Class
19H15 – 20H00 Boxe & Bike
20H00 - 21H00 Hatha Yoga
22H FERMETURE

7H30 OUVERTURE
9H15 – 10H00 Step Deb
10H – 11h Abd-Fess Sculpt
12H30 – 13H30 Pumping Class
18H30 – 19H30 Pilates
21H FERMETURE

9H00 OUVERTURE
9H30 – 10H15 Pilates
10H15 – 11H00 Cardio Max
11H00 – 11H45 Cuis Abd Fess
12H00– 13H00 Zumba
13H00 – 13H45 Step Inter
18H FERMETURE

10h00 OUVERTURE
10H30 – 11H00 Abdos Fessiers
11H00 – 12H00 Pumping class
12H00 – 12H30 Boxe & Bike
18H FERMETURE

