

COURS : A PARTIR DU 07 AVRIL 2025

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
7H30 OUVERTURE 8H45 - 9H45 Pilates Sculpt 10H -11H Yoga 13H -13H30 Fessiers Sculpt 13H30 - 14H Abdos Sculpt 18H15 - 19H Pilates 19H – 19H30 Biking 19H30 – 20H30 Pumping Class 20H45 -21H30 Zumba 22H FERMETURE	7H30 OUVERTURE 10H – 11H Pilates 13H – 14H Pilates 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 18H45 – 19H15 Abdos Fessiers 19H15 – 20H15 Pumping Class 20H15 – 21H Cardio Boxe 22H FERMETURE	7H30 OUVERTURE 10h – 11h Pilates 13H – 14H Pilates 18H30 – 19H30 Pilates 19H30 – 20H30 Yoga 22H FERMETURE	7H30 OUVERTURE 10H – 11H Abdos Fessiers 12H30 – 13H30 Pumping Class 18H30-19H30 Zumba 21H FERMETURE	9H00 OUVERTURE 9H30 – 10H15 Pilates 10H15 – 10H45 Cardio Max 10H45 – 11H30 Cuiss Abd Fess 18H FERMETURE	10h00 OUVERTURE 10H30 – 11H00 Abdos Fessiers 11H00 – 12H00 Pumping class 12H00 – 12H45 Boxe & Bike 18H FERMETURE

