

# COURS GAMBETTA - A PARTIR DU 2 JANVIER 2020

## LUNDI MARDI MERCREDI JEUDI VENDREDI SAMEDI DIMANCHE

8H00 OUVERTURE
09H30 – 10H30 Hatha-Yoga
12H30 – 13H15 Body Sculpt
13H15– 13H30 Stretching
18H00 – 18H45 Pilates Fusion
18H45 – 19H30 Abd Fess Sculpt
19H30 – 20H15 Pumping Class
20H15 – 21H15 Yoga dyna confirmé
<b>22H FERMETURE</b>

8H00 OUVERTURE
09H30 – 10H30 Pilates
10H30 – 11H00 Abdos-Fess
12H30 – 13H15 Pilates
13H15– 13H45 Abdos Fess
13H45– 14H30 Gym Douce
18H30 – 19H30 Pilates
19H30 – 20H15 Abdos - Fess
20H15 – 20H45 Cardio Max
<b>21H30 FERMETURE</b>

8H00 OUVERTURE
12H30 – 13H15 Zumba deb.
13H15 – 13H30 Stretching
18H30 – 19H15 Body Sculpt
19H15 – 20H00 Zumba
20H00 – 20H45 Cuiss Abd Fess
20H45 – 21H00 Stretching
<b>22H00 FERMETURE</b>

8H00 OUVERTURE
09H30 – 10H30 Body-Sculpt
10H30 – 11H00 Stretching
12H30 – 13H15 Body Cardio
13H15 – 13H30 Stretching
18H30 – 19H15 Cuiss Abd Fess
19H15 – 20H00 Pilates
20H00– 20H45 Hatha Yoga Débutant
<b>21H30 FERMETURE</b>

8H00 OUVERTURE
09H30 – 10H30 Hatha-Yoga
12H30 – 13H30 Cuiss Abd Fess
<b>21H FERMETURE</b>

9H00 OUVERTURE
9H30 – 10H15 Pilates Fusion
10H15 – 11H00 Cuiss Abd Fess
11H00 - 11H15 Stretching
11H15– 12H15 Zumba Deb
12H15 – 13H15 Barre au Sol
13H15 – 14H00 Danse Afro Moderne
14H00 – 15H00 Yoga dynamique débutant
<b>18H FERMETURE</b>

10H00 OUVERTURE
10H30 – 11H00 Body Sculpt
11H00 – 11H45 Cuiss Abd Fess
11H45 – 12H30 Pilates
12H30 – 13H00 Stretching
<b>FERMETURE 13H30</b>

