

Cours Collectifs

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
9h30 LES MILLS BODYPUMP 45'	9h30 Gym essentielle 45'	9h30 Gym douce 45'	9h30 Zumba débutante 45'	9h30 CAF 45'
10h15 Gym douce 45'	10h15 Pilates 45'	10h15 * Body bike 45'	10h15 * Gym ballon 45'	10h15 Pilates 45'
11h Yoga 45'	12h30 LES MILLS BODYPUMP 45'	11h Stretching 30'		12h30 Abdos Flash 30'
17h45 Gym essentielle 45'	Renfo 17h45 Haut du corps 30'	17h45 Step / Aéro 45'	17h45 * Trampo jump 30'	17h30 LES MILLS BODYATTACK 30'
18h30 Zumba 45'	18h15 CAF 45'	18h30 LES MILLS BODYATTACK 30'	18h15 Gym essentielle 45'	18h CAF 45'
19h15 LES MILLS BODYPUMP 45'	19h Body fight 45'	19h CAF 45'	19h * Gym ballon 45'	18h45 * Body bike 45'
20h00 * Trampo jump 30'	19h45 * Body bike 45'	19h45 Yoga 45'	19h45 Pilates 45'	

* Cours sur
réservation