

# NOUVEAU!

# PLANNING COURS COLLECTIFS DU 9 JUIN AU 4 JUILLET 2021

« ENSEMBLE NOUS SERONS MEILLEURS »

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI					
9H30 BIKE			10H00 FULL BODY	10H00 BODY PUMP					
10H20 CORE TRAINING									
12H30 BODY PUMP <b>NEW</b>	12H30 SPÉCIAL ABDOS	12H30 PILATES	12H30 BIKE	12H30 FONCTIONNAL TRAINING					
			17H45 PILATES						
18H30 BODY COMBAT <b>NEW</b>	18H30 CORE TRAINING	18H30 BODY JAM	18H30 FONCTIONNAL TRAINING	18H30 BODY PUMP	18H30 YOGA	18H30 EASY STEP	18H30 FONCTIONNAL TRAINING	18H20 PILATES	18H15 BIKE
19H20 SPÉCIAL ABDOS	19H20 BIKE	19H20 CORE TRAINING	19H20 BIKE	19H20 BODY ATTACK		19H20 SPECIAL ABDOS	19H20 BIKE		

## SAMEDI

10H00 BODY PUMP	
11H00 ZUMBA	11H00 BIKE

du **Lundi** au **Vendredi**  
de **08:00** à **21:00**

le **Samedi** et **Dimanche\***  
de **09:00** à **13:00**



- COURS DE RENFORCEMENTS
- COURS DE ZEN/STRETCHING
- COURS DE CARDIO
- COURS DE DANSE

\*SUIVANT LA MÉTÉO CERTAINS COURS PEUVENT ÊTRE EN EXTÉRIEUR.