

Planning des cours collectifs

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

9h30

BodyPump 

9h30

Pilates Ball

09h30

Bike

9h30

Pilates

9h30

Postural

10h15

10h30

Balance 

10h30



Stretching

10h30



Abdos Flash

10h30



Stretching

10h30

Bike



Grit Strength 

12h30

Tone 

12h30



Grit 

12h30

Balance 

12h30

BodyPump 

12h30



Grit Plyo 

17h30

BodyPump 

17h30

Pilates

17h30

Tone 

17h30

CAF

18h30

Bike

Attack 

18h30

BodyPump 

18h30

Balance 

18h30

Bike

Body Combat 

19h30



Stretching

19h30



Abdos flash

19h30



BodyPump

19h30



Tone 

