

COURS COLLECTIFS

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE

9H30 10H30	LATINO JAZZ	8H15 9H15	PILATES REFORMER ADVANCED	9H30 10H30	GINGA DANCE	8H15 9H15	PILATES REFORMER BEGINNER	9H30 10H30	FUNCTIONAL FLOW	9H30 10H30	PILATES	9H30 10H30	BODYPUMP
10H30 11H30	YOGA	9H30 10H30	BODYPUMP LES MILLS	10H30 11H30	SHOULDER & HIP MOBILITY	9H30 10H30	CARDIO SHAPE	10H30 11H30	FLEXIBILITY & MOBILITY	10H30 11H30	GROUP CYCLE	10H30 11H30	GINGA DANCE
12H30 13H15	ABDO FESSIERS	10H30 11H30	GYM DU DOS	12H30 13H15	BODYPUMP LES MILLS	10H30 11H30	PILATES	12H30 13H30	PILATES REFORMER CARDIO	14H00 15H00	PILATES REFORMER OPEN LEVEL - CARDIO	11H30 12H30	BEAST MODE
17H00 18H00	PILATES REFORMER BEGINNER	12H30 13H15	RENFORCEMENT MUSCULAIRE	18H30 19H30	ABDO FESSIERS	12H30 13H15	BOOTCAMP	12H30 13H30	SMALL GROUP TRAINING			16H00 17H00	PILATES REFORMER STRETCHING MOBILITY
18H00 19H00	CIRCUIT TRAINING	18H30 19H30	BODYPUMP LES MILLS	19H30 20H30	BOXE	17H15 18H15	PILATES REFORMER ADVANCED	18H30 19H30	YOGA				
19H00 20H00	GROUP CYCLE	19H30 20H30	BODYBALANCE LES MILLS			18H30 19H30	CYCLE CORE XT						
						19H30 20H00	FINISHER						

POSSIBILITÉ DE RÉSERVER DES COURS VIRTUELS
PENDANT LES CRÉNEAUX DISPONIBLES

*en supplément de votre abonnement