

PLANNING DES COURS COLLECTIFS – à partir du 1^{er} Janvier 2011

Lundi	Mardi	Jeudi	Samedi
-		-	10h45 à 11h30 Body Sculpt
			11h30 à 12h00 Abdos - fessiers
			12h00 à 12h15 Stretching
18h15 à 18h30 Abdos - taille	18h15 à 18h30 Abdos - taille	18h15 à 18h30 Abdos - taille	-
18h30 à 19h15 STEP	18h30 à 19h15 Body Sculpt	18h30 à 19h15 L.I.A.	-
19h15 à 19h35 Abdos - fessiers	19h15 à 19h35 Abdos - fessiers	19h15 à 19h35 Abdos - fessiers	-
19h35 à 19h45 Stretching	19h35 à 19h45 Stretching	19h35 à 19h45 Stretching	

Les séances de coaching personnalisées sont sur RDV

Pour la Minceur : le Lundi, Jeudi : a 17h/18h ou 19h30/20h30

Samedi : a 10h/11h

Et Pour la musculation : le Mardi : a 17h15/18h ou 19h45/20h30

Samedi : a 10h/10h45 ou 12h15/13h