

LADY MOVING VILLENEUVE du 03/03/2014au 12/07/2014

PLANNING CIRCUITS ET ACTIVITES MINCE ET TONIQUE EN 30 MINUTES

HORAIRES LADY MOVING		9H00-14H00//15H30-20H00	9H00-14h00//15H30-19h15	15H30-20h00	9H00-14H00//15H30-20H00	9H00-14h00//16H00-19h15	9H00-12h00				
		LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI				
9H30	S1	SILHOUETTE FESSIERS LADY SAISON MINCEUR	LES MILLS Body Balance	FERME	LES MILLS SH BAM	LADY ONE VENTRE PLAT FESSIERS LADY SAISON	BUSTE MINCEUR SILHOUETTE LADY ONE				
	S2										
	S3										
	S4										
10H30	S1	SILHOUETTE FESSIERS LADY SAISON MINCEUR	FESSIERS BUSTE MINCEUR VENTRE PLAT		FERME	MINCEUR SILHOUETTE VENTRE PLAT FESSIERS	STRETCH	STEP			
	S2										
	S3										
	S4										
11H30	S1	CIRCUIT LIBRE	CIRCUIT LIBRE			FERME	CIRCUIT LIBRE	CIRCUIT LIBRE	CIRCUIT LIBRE		
	S2										
	S3										
	S4										
12H30	S1	STEP	LES MILLS SH BAM	FERME			LES MILLS	LADY ONE VENTRE PLAT FESSIERS LADY SAISON	FERME		
	S2										
	S3										
	S4										
		FERME	FERME		FERME		FERME	FERME		FERME	
15H30	S1	CIRCUIT LIBRE	CIRCUIT LIBRE				CIRCUIT LIBRE	CIRCUIT LIBRE			FERME
	S2										
	S3										
	S4										
16H30	S1	SILHOUETTE FESSIERS LADY SAISON MINCEUR	CIRCUIT LIBRE			Bokwa FITNESS	MINCEUR SILHOUETTE VENTRE PLAT FESSIERS	CIRCUIT LIBRE			FERME
	S2										
	S3										
	S4										
17H30	S1	LES MILLS	FESSIERS BUSTE MINCEUR VENTRE PLAT	STEP			CIRCUIT LIBRE	LADY ONE VENTRE PLAT FESSIERS LADY SAISON	FERME		
	S2										
	S3										
	S4										
18H30	S1	SILHOUETTE FESSIERS LADY SAISON MINCEUR	LES MILLS Body Balance		LADY SAISON MINCEUR LADY ONE SILHOUETTE		LES MILLS SH BAM	Body Sculpt		FERME	
	S2										
	S3										
	S4										
19h30	S1	STEP	FERME			LES MILLS Body Balance	Bokwa FITNESS	FERME			FERME
	S2										
	S3										
	S4										
CARDIO SANS RENDEZ-VOUS / TISANERIE GRATUITE - BOUTIQUE / SUR RENDEZ-VOUS CONSEILS NUTRITION - SISMO - BODY SCULPTOR - LPG											
LADY MOVING DE VILLENEUVE SUR LOT BOURGADE 47300 PUJOLS 05.53.70.40.43 ladymoving47@hotmail.fr											



LES MILLS





























































































