

Planning

LIBRE ACCES DE 6H À 23H 7J/7

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
10h00 30' ABDOS FESSIERS	10h00 30' YAKO+ INTÉGRAL		10h00 30' ABDOS FESSIERS	10h00 45' CUISSES ABDOS FESSIERS	10h00 30' YAKO+ INTÉGRAL
10h30 30' YAKO+ INTÉGRAL	10h30 30' ABDOS FESSIERS		10h30 30' YAKO+ INTÉGRAL	10h45 45' YAKO MIX	10h30 30' ABDOS FESSIERS
11h00 30' YAKO détente	11h00 45' YAKO Attitude		11h00 30' YAKO détente		11h00 45' YAKO BIKING
12h30 45' YAKO BIKING	12h30 45' CUISSES ABDOS FESSIERS	12h15 30' YAKO BIKING	12h30 45' STEP	12h30 45' YAKO PUMP	11h45 30' YAKO détente
PERM. MUSCÜ	PERM. MUSCÜ	12h45 30' YAKO+ INTÉGRAL	PERM. MUSCÜ	PERM. MUSCÜ	PERM. MUSCÜ
		14h30 60' YAKO Kids			
17h30 30' YAKO+ INTÉGRAL	17h30 30' ABDOS FESSIERS	17h45 30' YAKO+ INTÉGRAL	17h15 30' YAKO détente	17h15 45' YAKO Attitude	
18h00 30' ABDOS FESSIERS	18h00 45' YAKO baila	18h15 15' STEP INITIATION	17h45 45' CUISSES ABDOS FESSIERS	18h00 30' YAKO+ INTÉGRAL	
18h30 45' YAKO BIKING	18h45 45' YAKO PUMP	18h30 45' STEP DEB.	18h30 45' AERO DÉB.	18h30 30' ABDOS FESSIERS	
19h15 45' STEP DÉB.	19h30 30' ABDOS FESSIERS	19h15 30' ABDOS FESSIERS	19h15 45' YAKO PUMP	19h00 45' YAKO baila	
20h00 30' ABDOS FESSIERS	20h00 45' AERO	19h45 45' YAKO CROSS TRAINING	20h00 45' YAKO BIKING	19h45 45' STEP	

Fréquentation à volonté