

PLANNING DES COURS COLLECTIFS 2015/2016

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche	
9h30 Body Barre	9h30 Circuit Training	9h30 TAF	9h30 Spéciale Dos	9h30 Totale Renfo	11h00 	Permanence Cardio, Musculaton de 9h30 à 13h00	
10h15 CAF	10 h15 Stretching	10h15 Step	10h00 Stretching	10h15 Step			
12h30 Body Pump	12h30 Abdos killer	12h30 Stretching	12h30 Cardio – Renfo	12h30 Body Pump	Permanence Cardio, Musculaton de 9h30 à 13h00		
12h30 Rpm			12h30 Rpm				
18h30 Zumba	18h30 Spéciale Dos	18h00 Abdos killer	18h30 Body Pump	18h00 Abdos killer			Permanence Cardio, Musculaton de 9h30 à 13h00
18h30 Rpm	19h15 Cardio-renfo	18h30 TAF-CAF		18h30 Zumba			
19h30 Body Pump		19h30 Body Pump	19h15 Step	19h15 Totale Renfo			
		19h30 Rpm					

	Amandine
	Sébastien
	Dorian
	Pauline
	Robin

Les horaires d'ouverture du Club : 8h30-21h30 du Lundi au Vendredi et de 9h30 à 13h00 les Samedis et Dimanches