GAMBETTA

A PARTIR DU 06 JANVIER 2014

2014

MOVIDA GAMBETTA
25, Rue Gambetta
31 000 TOULOUSE
05 61 22 41 31

COURS COLLECTIFS EN SALLE

LUNDI
07h00 - 22h00

PACK FORCE
- 07h30 - 08h30 — LesMills BODYPUMP / LesMills CXWORX
- 09h30 - 10h30 — LesMills BODYPUMP
- 10h30 - 11h15 — STRETCH
- 12h15 - 12h45 — LesMills CXWORX
- 12h45 - 13h30 — LesMills BODYCOMBAT
- 17h30 - 18h00 — STEP 1
- 18h00 - 18h45 — ZUMBA
- 18h30 - 19h20 — LesMills RPM (50 min)
- 18h45 - 19h15 — LesMills CXWORX
- 19h15 - 20h15 — LesMills BODYCOMBAT
- 20h15 - 21h00 — LesMills BODYPUMP

MARDI
07h00 - 22h00

- 07h30 - 08h20 — LesMills RPM (50 min)
- 09h30 - 10h30 — LesMills BODYBALANCE
- 10h30 - 11h30 — GYM POSTURALE
- 12h30 - 13h15 — LesMills BODYPUMP
- 12h30 - 13h30 — DOS RELAX
- 17h30 - 18h15 — LesMills BODYBALANCE
- 18h00 - 18h50 — LesMills RPM (50 min)
- 18h15 - 19h00 — LesMills BODYATTACK
- 19h00 - 20h00 — GESTION DU STRESS
- 19h00 - 20h00 — LesMills BODYPUMP
- 20h00 - 21h00 — GIRLY DANCE HALL

MERCREDI
07h00 - 22h00

- 09h30 - 10h20 — LesMills RPM (50 min)
- 10h30 - 11h00 — LesMills CXWORX
- 12h30 - 13h15 — CAF
- 17h30 - 18h30 — LesMills BODYPUMP
- 18h30 - 19h15 — LesMills BODYCOMBAT
- 19h15 - 20h00 — STEP 3
- 19h30 - 20h20 — LesMills RPM (50 min)
- 20h00 - 21h00 — LesMills BODYBALANCE

JEUDI
07h00 - 22h00

- 07h30 - 08h30 — LesMills BODYPUMP
- 09h30 - 10h15 — CAF
- 10h30 - 11h30 — DOS RELAX
- 12h30 - 13h00 — LesMills CXWORX
- 12h30 - 13h20 — LesMills RPM (50 min)
- 13h00 - 13h45 — SONMUDO By MOVIDA
- 17h30 - 18h15 — CAF
- 18h15 - 19h00 — STEP 2
- 19h00 - 19h45 — LesMills BODYJAM
- 19h15 - 20h05 — LesMills RPM (50 min)
- 19h45 - 20h45 — LesMills BODYATTACK

VENDREDI
07h00 - 21h00

PACK FORCE
- 09h30 - 10h30 — LesMills BODYPUMP / LesMills CXWORX
- 10h30 - 11h30 — GYM POSTURALE
- 12h30 - 13h15 — LesMills BODYBALANCE
- 17h30 - 18h00 — LesMills CXWORX
- 18h00 - 19h00 — LesMills BODYPUMP
- 18h15 - 19h05 — LesMills RPM (50 min)
- 19h00 - 20h00 — LesMills BODYATTACK
- 20h00 - 20h45 — PILATES

SAMEDI
09h00 - 19h00

- 10h00 - 10h50 — LesMills RPM (50 min)
- 11h30 - 12h30 — LesMills BODYPUMP
- 17h30 - 18h15 — CAF

DIMANCHE
09h00 - 19h00

- 10h30 - 11h20 — LesMills RPM (50 min)
- 11h45 - 12h45 — LesMills BODYBALANCE
- 17h00 - 18h00 — LesMills BODYPUMP

Retrouvez les actualités de votre salle sur la page Facebook de Movida Gambetta.

Pour le cours de RPM, accès 30 minutes avant le cours, voir accueil du club.
Cours en partenariat avec l'école Corps & Graffik, hors vacances scolaires.

Les cours de LesMills RPM durent 50 minutes (50 min)