

Le Mans Est

Libre accès
07h-23h 7J/7
à partir de février 2015

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
10h00 45' YAKO+ INTÉGRAL	10h00 30' GYM DOUCE	10h00 30' ABDOS FESSIERS		10h00 45' YAKO FORM'	10h00 30' YAKO JUMP sem. imp.
10h45 30' ABDOS FESSIERS	10h30 30' ABDOS FESSIERS	10h30 45' STEP DEB.		10h45 15' ABDOS FLASH	10h30 45' CUISSES ABDOS FESSIERS sem. imp.
11h15 30' YAKO détente	11h00 45' YAKO Attitude	11h15 30' YAKO détente		11h00 45' YAKO Attitude	10h45 45' YAKO Attitude sem. paire
12h30 45' YAKO PUMP	12h30 45' YAKO TRAINING	12h30 45' CUISSES ABDOS FESSIERS		12h30 30' YAKO+ INTÉGRAL	
15h00 30' GYM DOUCE	15h00 30' ABDOS FESSIERS	15h00 45' YAKO TRAINING		15h00 30' ABDOS FESSIERS	
15h30 45' CUISSES ABDOS FESSIERS	15h30 45' YAKO Attitude	15h45 30' ABDOS FESSIERS		15h30 45' YAKO baila	
17h30 45' STEP DEB.	17h30 30' ABDOS FESSIERS	17h30 45' YAKO TRAINING	17h30 30' YAKO+ INTÉGRAL	17h30 30' YAKO COMBAT	
18h15 45' YAKO PUMP	18h00 45' YAKO baila	18h15 45' CUISSES ABDOS FESSIERS	18h00 30' YAKO JUMP	18h00 30' ABDOS FESSIERS	
19h00 30' YAKO JUMP	18h45 30' YAKO+ INTÉGRAL	19h00 30' YAKO COMBAT	18h30 30' ABDOS FESSIERS	18h30 45' YAKO TRAINING	
19h30 30' ABDOS FESSIERS	19h15 45' STEP INT.	19h30 15' ABDOS FLASH	19h00 45' YAKO baila	19h15 45' YAKO Attitude	
20h00 45' YAKO TRAINING	20h00 30' ABDOS FESSIERS	19h45 45' YAKO PUMP	19h45 30' YAKO détente		

Fréquentation à volonté