

Studio *fitness* PLANNING SALLE NORD - RENTRÉE 2020

RÉSERVATION OBLIGATOIRE !

La Vatine

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
10H15 11H	PILATES 10H-10H45					BODYPUMP	
11H 11H45	SCULPT	<small>REC</small> FAC	PILATES	BALANCE	<small>REC</small> FAC	PILATES 11H15-12H	
11H45 12H30							
12H30 13H15	ZUMBA	FIT CROSS	<small>REC</small> BODYPUMP	COMBAT	BALANCE		
17H30 18H15	FAC	STEP DEB. INTER.	<small>REC</small> ATTACK	<small>REC</small> FAC	SCULPT		COMBAT 18H-18H45
18H30 19H15	<small>REC</small> COMBAT	BODYPUMP	SCULPT	FIT CROSS	<small>REC</small> ZUMBA		
19H30 20H15	<small>REC</small> ATTACK	<small>REC</small> STRETCH	COMBAT 19H45-20H30	<small>REC</small> BODYPUMP	BALANCE		

REC COURS RETRANSMIS EN LIVE

NOMBRE MAXIMUM DE PARTICIPANTS PAR COURS : 21

PLANNING SALLE SUD - RENTRÉE 2020

La Vatine

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
10H15 11H							
11H 11H45	REC YOGA 11H-12H						
11H45 12H30							
12H30 13H15	SCULPT	PILATES		REC SCULPT			
17H30 18H15	REC YOGA (45MIN)		PILATES				
18H30 19H15	SCULPT	REC STEP INTER. AVANCE	REC ZUMBA	REC STRETCH			
19H30 20H15	ZUMBA 19H45-20H30		REC JAM				

REC COURS RETRANSMIS EN LIVE SUR FACEBOOK

RÉSERVATION OBLIGATOIRE !

NOMBRE MAXIMUM DE
PARTICIPANTS PAR COURS : 12

PLANNING VATINE RPM - RENTRÉE 2020

RÉSERVATION OBLIGATOIRE !

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
10H15							
11H							
11H							
11H45							
11H45						RPM 11H15 - 12H	
12H30							
12H30	RPM	RPM					
13H15							
17H30		RPM					
18H15							
18H30	RPM		RPM	RPM	RPM		
19H15							
19H30		RPM					RPM 19H - 19H45
20H15							

RECOURS COURS RETRANSMIS EN LIVE

ATTENTION NOMBRE DE PARTICIPANTS LIMITÉS !