


PLANNING DES COURS COLLECTIFS





 BODY & MIND

 CARDIO TRAINING

 TONIFICATION

 RÉSERVATION OBLIGATOIRE

 Cours PREMIUM HORS FORFAIT

Suivez-nous sur  et 

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE

9H45 – 10H45
FAC+STRETCH

9H45 – 10H15
F.I.T ^R

9H45 – 10H45
FULL BODY

9H45 – 10H30
GYM DOUCE

9H45 – 10H30
PILATES

10H15 – 11H00
F.I.T ^R

10H15 – 11H00
FAC

10H15 – 11H15
YOGA

10H30 – 11H15
STRETCH

10H45 – 11H45 ^R
ANTI GRAVITY

11H00 – 12H00 ^R


11H00 – 12H00


12H30 – 13H30 ^R


12H30 – 13H20


12H30 – 13H20 ^R
F.I.T

12H30 – 13H30
PILATES

12H30 – 13H30
FULL BODY

17H45 – 18H30 ^R
F.I.T

17H45 – 18H30
FULL BODY

17H45 – 18H45


17H45 – 18H30
GYM DOUCE

17H45 – 18H45
FAC+STRETCH

18H30 – 19H30 ^R


18H30 – 19H20 ^R
F.I.T

18H45 – 19H30
STEP

18H30 – 19H15


18H45 – 19H30
URBAN DANCE

19H30 – 20H30
PILATES

19H30 – 20H15
FAC

19H30 – 20H30
YOGA

19H30 – 20H30 ^R
ANTI GRAVITY

Tenue de sport et serviette **obligatoire**