

NOUVEAU PLANNING ACTIVITES 2016/2017 - A COMPTER DU LUNDI 05 SEPTEMBRE 2016

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
10h15 ⁽⁴⁵⁾ caf	10h15 ⁽³⁰⁾ LES MILLS RPM	10h15 ⁽⁴⁵⁾ stretching	10h15 ⁽⁴⁵⁾ caf	10h15 ⁽⁴⁵⁾ blueball	09h15 ⁽⁴⁵⁾ caf	09h15 ⁽⁴⁵⁾ step
					10h15 ⁽⁴⁵⁾ LES MILLS BODYATTACK	10h15 ⁽⁴⁵⁾ BODYSULPT
					11h15 ⁽⁴⁵⁾ LES MILLS RPM	11h15 ⁽⁴⁵⁾ LES MILLS RPM
12h15 ⁽¹⁵⁾ TOTAL ABDOS	12h15 ⁽¹⁵⁾ TOTAL ABDOS	12h15 ⁽¹⁵⁾ TOTAL ABDOS	12h15 ⁽¹⁵⁾ TOTAL ABDOS	12h15 ⁽¹⁵⁾ TOTAL ABDOS		
12h30 ⁽⁴⁵⁾ blueball	12h30 ⁽⁴⁵⁾ caf	12h30 ⁽⁴⁵⁾ LES MILLS BODYCOMBAT	12h30 ⁽⁴⁵⁾ LES MILLS BODYATTACK	12h30 ⁽⁴⁵⁾ LES MILLS BODYPUMP		
	17h30 ⁽⁴⁵⁾ LES MILLS RPM		17h30 ⁽⁴⁵⁾ LES MILLS RPM			
17h30 ⁽⁴⁵⁾ LES MILLS BODYCOMBAT	17h30 ⁽⁴⁵⁾ step	17h30 ⁽⁴⁵⁾ LES MILLS BODYPUMP	17h30 ⁽⁴⁵⁾ blueball	17h30 ⁽⁴⁵⁾ step		
18h30 ⁽⁴⁵⁾ ZUMBA FITNESS	18h30 ⁽⁴⁵⁾ LES MILLS BODYATTACK	18h30 ⁽⁴⁵⁾ LES MILLS RPM	18h30 ⁽⁴⁵⁾ caf	18h30 ⁽⁴⁵⁾ LES MILLS BODYPUMP		
18h45 ⁽⁴⁵⁾ LES MILLS RPM				18h45 ^(1h) LES MILLS RPM		
19h30 ⁽⁴⁵⁾ caf	19h30 ⁽⁴⁵⁾ LES MILLS BODYPUMP	19h30 ⁽⁴⁵⁾ step	19h30 ⁽⁴⁵⁾ LES MILLS BODYCOMBAT	19h30 ⁽⁴⁵⁾ ZUMBA FITNESS		

intensités →

COOL TONIC BOOST XTREM

 activités Premium sur réservation au ☎ 09 71 00 62 00