

PLANNING DES COURS COLLECTIFS

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
10h45 - 11h30 Biking*		10h45 - 11h30 Activ' toi	10h45 - 11h30 Pilates	10h45 - 11h30 Activ' toi	10h45 - 11h30 Bodybarre
11h30 - 11h45 <i>Mini stretching</i>			11h30 - 12h Stretching	11h30 - 11h45 <i>Mini stretching</i>	11h30 - 11h45 <i>Mini stretching</i>
			12h15 - 12h30 <i>Abdos Flash</i>		
12h30 - 13h Top gainage		12h30 - 13h Abdos fessiers	12h30 - 13h Biking*	12h30 - 13h15 CAF	
					15h15 - 16h Biking*
	17h30 - 18h Bodysculpt	17h30 - 18h15 Cross Training	17h30 - 18h Top gainage		16h15 - 17h Aero Gym
18h15 - 19h Aero Gym	18h15 - 19h Stretching	18h15 - 19h Body barre	18h15 - 19h Stretching	18h15 - 19h CAF	17h - 17h45 Pilates
19h - 19h45 Pilates	19h - 19h45 Step	19h - 19h45 CAF	19h - 19h45 Aero Gym	19h - 19h45 Cardio Boxing	
				20h - 20h15 <i>Abdos Flash</i>	

SERVIETTE ET CHAUSSURES PROPRES OBLIGATOIRES

**Le biking est inclus uniquement dans les Pass Forme Annuel et Maxi Pass (Pass Prestige) - Les cours de biking sont en vente à l'unité, ou par forfait de 5 ou 10 séances.*

1. Planning non contractuel & susceptible de modification sans préavis
2. Nous pouvons être amenés ponctuellement à déplacer (voire supprimer) certains cours
3. Il n'y a pas de cours le dimanche et les jours fériés
4. Les cours collectifs sont assurés à partir de 3 personnes minimum