

COURS COLLECTIFS

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
11h - 11h45 Biking*		11h - 11h45 Activ' toi	10h45 - 11h30 Mix Pilates	11h - 11h45 Activ' toi	10h45 - 11h15 Biking*
12h30 - 13h Top gainage		12h30 - 13h Abdos Fessiers	11h30 - 12h Stretching*	12h30 - 13h15 CAF	11h30 - 12h Stretching
18h15 - 19h Aero Gym	18h15 - 19h Stretching	17h - 17h30 TBW	18h15 - 19h Stretching	18h15 - 19h CAF	15h15 - 16h Mix Training
19h - 19h45 Pilates	19h - 19h45 Step	18h15 - 19h CAF	19h - 19h45 Biking*	18h15 - 19h CAF	16h - 16h45 Zumba®
		19h - 19h45 Body Barre		19h - 19h45 Piloxing®	17h - 17h45 Mix Pilates

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

SERVIETTE ET CHAUSSURES PROPRES OBLIGATOIRES

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