

PLANNING COURS COLLECTIFS

RENTRÉE SEPTEMBRE 2023



LUNDI

09H00

PILATES ENEO
HATHA YOGA

10H00

PILATES ENEO
HATHA YOGA

11H00

YOGA KUNDALINI

16H00

STRETCHING ENEO

18H00

PILATES DÉBUTANTS
INITIATION TRAIL

18H30

CROSS TRAINING

19H00

STEP
PILATES 3

20H00

ABDOS FESSIERS/WAKY FIT
YOGA KUNDALINI

MARDI

09H30

YOGA PRÉNATAL

17H15

ABDOS DEGASQUET

18H30

MARCHE NORDIQUE 1

19H00

SPINNING
BODY SCULPT

20H00

WAKY FLOW

MERCREDI

07H30

SPINNING

09H00

ABDOS FESSIERS
STRETCHING

17H00

GYM DU DOS

18H00

ZUMBA
GYM DU DOS
MARCHE NORDIQUE

18H30

CROSS TRAINING

19H00

STRONG
HATHA YOGA

20H00

HATHA YOGA

JEUDI

09H00

PILATES 2

10H00

STRETCHING

14H00

YOGA ENEO

18H00

PILATES 3

19H00

SPINNING
PILATES DÉBUTANTS

20H00

STRETCH YOGA

VENDREDI

07H00

SPINNING

09H00

PILATES 3

10H00

DEEP POWER ENEO

SAMEDI

09H00

SPINNING

10H00

ZUMBA
GYM DU DOS

10H30

CROSS TRAINING

11H00

GYM DU DOS



ABDOS/DOS



CARDIO FUN



ZEN TONIQUE



HIIT MUSCU



CARDIO



OUTDOOR

Réservez vos
cours en ligne
sur
CLUB PLANNER

