



PLANNING DE COURS COLLECTIFS 2017
AVEC COACH

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
9H00-9H45	BODY SCULPT	POP PILATES		C.A.F	BIKING
9H45-10H30	PILATES	★ AEROBIC		STRETCHING	★ WAKE UP ZEN
10H30 - 12H00			COURS MULTIMEDIAS		
12H30-13H15	BIKING	C.A.F	BODY BARRE	POP PILATES	STEP CARDIO
13H30 - 18H00			COURS MULTIMEDIAS		
18H30-19H15	C.A.F	BODY BARRE	STEP CARDIO	BIKING	★ BURN BABY BURN
19H30-20H15	STEP 1	ZUMBA	★ WAKE UP CORE	ZUMBA	STRETCHING
20H30 - 22H45			COURS MULTIMEDIAS		

LES COURS MULTIMEDIAS SONT EGALEMENT ACCESSIBLES TOUT LE WEEK END DE 6H à 23H