

PLANNING HOME FITNESS (à partir du 6 septembre 2021)

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
MATIN	9H15-10H00 C.A.F.	9H15-10H00 GYM DOUCE	9H15-10H00 BODYBALANCE	9H15-10H00 PILATES	9H15-10H15 BODYART	9H15-10H00 POWER FIT*
	10H00-10H45 BODYBALANCE	10H00-10H45 C.A.F.	10H00-11H00 YOGA	10H00-10H45 BIKE	10H15-11H00 BODYPUMP	10H00-10H45 CARDIO FIT*
12H15	BIKE	BODYART	BODYPUMP	BODYBALANCE	METAFIT	<i>* Cours différents selon coach</i>
SOIR	17H30-18H15 ZUMBA	17H30-18H15 BIKE	17H30-18H15 METAFIT	17H30-18H15 BAX	17H30-18H00 CHALLENGE BIKE	
	18H15-19H00 HIIT CARDIO	18H15-19H15 BODYBALANCE	18H15-19H00 CIRCUIT C.A.F.	18H15-19H00 BODYPUMP	18h00-18h30 BIKE	
	19H00-19H45 PILATES				18H30-19H30 YOGA	