PLANNING DES COURS

Salle de cours 1
Salle de cours 2

	MATIN	MIDI	SOIR
Lundi 7h00 – 21h30	Bodysculpt 9h15 (55')	Cross Tr. 12h30 (30')	Core training 18h15 (40'); Spinning 18h10 (50'); Pump-E 19h00 (55')
Mardi 7h00 – 21h30	Pilates 9h15 (55')		Fit Dance Latino 18h00 (55'); Yoga 19h00 (1'15); Spinning 19h00 (55')
Mercredi 7h00 – 21h30	Bodybalance 9h15 (55')		Bodybalance 18h00 (55'); Bodysculpt 19h00 (55'); HIIT 18h00 (30'); TRX 18h30 (30')
Jeudi 7h00 – 21h30	Core Stretching 9h15 (55')		Pump-E 18h00 (55'); Bodybalance 19h00 (55'); Spinning 18h00 (55'); TRX 18h00 (30'); HIIT 18h30 (30')
Vendredi 7h00 – 21h30	Cross training 9h15 (45')		Spinning 18h00 (55')
Samedi 8h00 – 18h00	Cross training 9h15 (45')		
Dimanche 8h00 – 18h00	Spinning 10h15 (55')		

9h00 10h00 11h00 12h00 13h00 18h00 19h00 20h00 21h00