

Planning des cours collectifs FITNESS

| | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi | Samedi |
|---------------|-----------------|-----------------|----------|--------------------|-----------------|--|
| 9h00 - 9h45 | BALANCE TRAINER | TRX | PILATES | Coaching extérieur | HIIT | TRX |
| 10h00 - 10h45 | TRX | STRETCHING | HIIT | | PILATES | HIIT |
| 12h15 - 13h00 | CC | CC | CC | CC | | Réservé pour les événements - stages - privatisation |
| 16h45 - 17h45 | CP | CP | CP | CP | CP | |
| 18h00 - 18h45 | PILATES | BALANCE TRAINER | HIIT | HIIT | TRX | |
| 19h00 - 19h45 | HIIT | PILATES | TRX | PILATES | BALANCE TRAINER | |
| 20h00 - 20h45 | CC | CC | CC | CC | | |

CC

Création de Cours - réservation obligatoire 72h avant la date - ouverture du créneau à partir de 2 personnes

CP

Cours Particulier sur réservation

Cours collectifs réguliers

Sur réservation uniquement
6 personnes par cours