

horaires des cours collectifs

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
9h15 Core4Ladies	9h15 UrbanDance	9h15 K-Pump	9h15 Pilates	9h15 Stretching dos	10h Cours divers selon planification Informations au Centre
12h15 Antara "Core Reprint"	12h15 Pilates	12h15 Yoga	12h15 Circuit Training	12h15 Spinning	
18h15 Spinning	18h15 K-Pump	18h15  ZUMBA fitness	18h15 PowerPump	14h00 Pilates	10h00 Masterclass à thème Informations au Centre
19h15 Circuit Training	19h15 Kick&Boxe	19h15 AbdosKiller <i>30 min</i>	19h30 Spinning	18h30 Masterclass à thème Informations au Centre	