

horaires des cours collectifs

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