



PLANNING DES COURS COLLECTIFS à compter du lundi 4 février 2019

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
09h30-10H15	ABDO-FESSIERS	STRETCHING (30mn)	SMALL GROUP TRAINING	BODY SCULPT	FATBURNER (30mn)
18h30-19h15	BODY SCULPT	ABDO-FESSIERS	BODY SCULPT	CIRCUIT TRAINING	STEP
19h15-20h00	MILITARY TRAINING	FATBURNER (30mn)	BIKING/ ABDOS	ABDO-FESSIERS	PUMP

Les cours collectifs sont dispensés sous réserve d'un minimum de **4 participants (tes)**

Pour votre sécurité ainsi que le bon déroulement et suivi des cours, l'accès à la salle n'est pas souhaitable une fois le cour commencé.

Nous vous remercions de votre compréhension .

Il n'y a pas de cours collectifs les jours fériés. L'établissement reste ouvert pour la partie cardio et musculation sauf les 24, 25, 31 décembre, 1 janvier et 1 mai où l'établissement est fermé.