

# PLANNING des cours collectifs

LUNDI

Axel  
PILATES  
17:45

Axel  
JUMPING  
18:30

MARDI

Gérard  
CIRCUIT  
TRAINING  
9:30

Sophie  
CROSS  
TRAINING  
12:30

Loïc.J  
PUMP  
17:45

Loïs.P  
STEP  
18:30

Loïc.J  
CIRCUIT  
TRAINING  
19:30

MERCREDI

Gérard  
BIKING  
GROUP CYCLE  
12:30

Axel  
JUMPING  
17:45

Jeff  
BIKING  
GROUP CYCLE  
18:30

Axel  
HIIT  
19:30

JEUDI

Loïc.J  
PILATES  
9:30

Loïc.J  
CIRCUIT  
TRAINING  
12:30

Loïc.J  
STEP  
17:45

Loïc.J  
ZUMBA  
18:30

Loïs.P  
PUMP  
19:30

VENDREDI

Sophie  
PILATES  
17:45

Loïs.P  
CARDIO  
DANCING  
18:30

Sophie  
CROSS  
TRAINING  
19:00

SAMEDI

Loïc.J  
ÉVEIL  
MUSCULAIRE  
9:30

Loïc.J  
ZUMBA  
10:00

Eric  
SELF DÉFENSE  
11:00

DIMANCHE

Jeff  
BIKING  
GROUP CYCLE  
10:30