

PLANNING DE COURS COLLECTIFS

Lundi

10h-10h45

Circuit **t**raining

10h45-11h15

Core

12h30-13h15

Boxe

17h30-18h15

Pump

18h30-19h15

Step **I**nter

19h15-20h

Zumba

20h-20h45

Yoga

Mardi

10h-10h45

Pump

10h45-11h15

Stretch 30'

12h30-13h15

Cross **T**raining

17h45-18h30

Attack

18h30-19h15

CAF

19h15-20h

Dance

Mercredi

SPECIAL
WOD*

11h-12h

KIDS

12h20-13h20

WOD

16h-17h

KIDS

18h-19h

WOD

19h-20h

WOD

Jeudi

10h-10h45

Full **B**ody

10h45-11h15

Abdos
Ash

12h30-13h15

Haltero

17h30-18h15

CAF

18h30-19h15

Step **D**ebutant

19h15-20h

Attack

Vendredi

10h-10h45

Full **B**