




PLANING COURS (dès septembre 2022)

Les cours sont assurés dès 4 personnes

| Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi | Samedi |
|--|-------------------------------------|--|--------------------------------|------------------------|--|
| 09h00 - 10h00  | 09h00 - 10h00 BODY BARRE | 09h00 - 10h00 FITZEN | 09h00 - 10h00 BODY SCULPT | 09h00 - 10h00 C.A.F | 09h00 - 10h00  |
| 12h30 - 13h25 FULL BODY | 12h30 - 13h25 TABATA (Cardio) | 12h30-13h25 WELLNESS | 12h30-13h25 ABDO-FESSIERS | | 10h15 - 11h30 FEELING STRETCHING Hors Abonnement |
| 18h00 - 19h00 TABATA (Cardio) | | 18h30 - 19h20  | 18h30-19h25 BODY-BARRE | | |
| 19h00 - 20h00  | | 19h30 - 20h30 FEELING STRETCHING Hors Abonnement | 19h30 - 20h30 ABDO-FESSIERS | | |

• Ces cours sont assurés par une équipe de professeurs diplômés d'état