

COURS COLLECTIFS

susceptible d'évoluer selon la fréquentation - vérifiez les horaires en ligne ou sur votre réservation

LUNDI	MARDI	MERC.	JEUDI	SAMEDI	DIMANCHE
	10h00-11h00 Yoga		10h00-11h00 Qi Gong	10h00-11h00 Pilates Machines	
11h30 - 12h30 Pilates Machines		11h00 - 11h45 Sport-Santé	11h30 - 12h30 Pilates Machines	11h00-12h00 Barre au sol dyn.	
12h30-13h30 Pilates Tapis - NIV 1	12h30-13h30 Pilates Machines	12h15-13h00 CAF (renfo)	12h30-13h30 Pilates Tapis - NIV2	12h00-13h00 Fitness (cardio/renfo)	
17h30-18h30 Pilates Machines			17h30-18h30 Pilates Machines		
			17h15-18h30 Yoga (pré) Ménopause		
18h30-19h30 Pilates Machines	18h30-19h30 Pilates Machines	18h00-19h00 Pilates Machines	18h30-19h30 Pilates Machines		
			18h30-19h30 Yoga Santé féminine		18h00-19h00 Bain sonore
19h30-20h30 Latin Training (cardio)	19h30-20h30 Pilates Machines	19h00-20h00 Pilates Tapis - TN	19h30-20h30 Pilates Machines		
			19h45-21h00 Yoga Fertilité	20h00-21h00 Bain sonore	