

ONE VAUGIRARD

Horaires d'ouverture Lundi : 07h30 à 22h00 Mardi : 07h30 à 22h00 Mercredi : 07h30 à 22h00 Jeudi : 07h30 à 22h00 Vendredi : 07h30 à 22h00 Samedi : 09h00 à 17h00 Dimanche : Fermé

	LUNDI 22 avril	MARDI 23 avril	MERCREDI 24 avril	JEUDI 25 avril	VENDREDI 26 avril	SAMEDI 27 avril	DIMANCHE 28 avril
Tôt							
8h	08h00 (45') S1 CUISSES ABDOS FESSIERS		08h00 (45') S1 STRETCHING	08h00 (45') S1 CUISSES ABDOS FESSIERS	08h00 (45') S1 BE FIT		
Matin							
9h	09h00 (45') S1 BE FIT	09h00 (45') S1 BE FIT		09h00 (45') S1 BE FIT	09h00 (60') S1 PILATES		
10h	10h00 (45') S1 STRETCHING	10h00 (45') S1 CUISSES ABDOS FESSIERS		10h00 (45') S2 STRETCHING 10h00 (60') S1 YOGA (HATHA)	10h00 (45') S1 CUISSES ABDOS FESSIERS	10h00 (45') S1 BE STRONG 10h30 (60') S2 YOGA (VINYASA)	
11h	11h00 (60') S1 YOGA (HATHA)	11h00 (60') S1 SOPHROLOGIE				11h00 (45') S1 CUISSES ABDOS FESSIERS	
Midi							
12h	12h15 (45') S2 CUISSES ABDOS FESSIERS 12h30 (60') S1 BODY PUMP	12h15 (45') S2 BE STRONG 12h30 (60') S1 BODY PUMP		12h15 (45') S1 ZUMBA FITNESS 12h30 (45') S2 CYCLING	12h15 (45') S1 BE FIT 12h30 (60') S2 YOGA (VINYASA)	12h00 (60') S1 BODY PUMP 12h00 (60') S2 PILATES	
13h	13h00 (45') S2 STRETCHING	13h00 (60') S2 PILATES		13h00 (45') S1 PILATES	13h00 (45') S1 STRETCHING	13h00 (60') S1 BODY ATTACK	
Après-midi							
14h						14h30 (60') S1 SOPHROLOGIE	
15h						15h30 (60') S1 SOPHROLOGIE	
Soir							
18h	18h00 (60') S2 PILATES 18h30 (60') S1 BE STRONG	18h30 (60') S1 BODY PUMP		18h30 (60') S1 BODY PUMP	18h00 (60') S1 SOPHROLOGIE 18h30 (45') S2 BE FIT		
19h	19h00 (60') S2 ZUMBA FITNESS 19h30 (60') S1	19h00 (45') S2 BE FIT 19h30 (60') S1 BODY COMBAT		19h00 (45') S2 CYCLING 19h30 (60') S1 BODY	19h30 (45') S2 CUISSES ABDOS FESSIERS		

	LUNDI 22 avril	MARDI 23 avril	MERCREDI 24 avril	JEUDI 25 avril	VENDREDI 26 avril	SAMEDI 27 avril	DIMANCHE 28 avril
20h		BODY ATTACK S2 YOGA (VINYASA)	CUISSES ABDOS FESSIERS	ATTACK S2 PILATES			

BOXE
AQUA
CARDIO
FORCE
TRAINING
BIEN-ÊTRE
RUNNING
CYCLING

Pour une meilleure lisibilité du planning les activités surlignées correspondent à des animations ou des cours modifiés - Arrêt des activités 30 min avant la fermeture du club

* Informations non contractuelles, susceptibles de modifications sans préavis 23-04-2019 06:27