

	LUNDI 22 avril	MARDI 23 avril	MERCREDI 24 avril	JEUDI 25 avril	VENDREDI 26 avril	SAMEDI 27 avril	DIMANCHE 28 avril
Tôt							
7H		07h30 (45') S1 PURE TABATA	07h30 (45') S1 TRX BOOTCAMP	07h30 (45') S1 CMG BOOTCAMP	07h15 (15') EA ABDOS FLASH 07h30 (45') S1 TRX		
8H		08h30 (45') S1 PILATES 08h45 (15') EA ABDOS FLASH	08h30 (45') S1 BE STRONG	08h30 (45') S1 BURNING ROW 08h45 (15') EA ABDOS FLASH	08h30 (45') S1 BE STRONG	08h30 (60') S1 PURE TRAINING	
Matin							
9H	09h15 (15') EA ABDOS FLASH 09h30 (45') S1 TRX	09h30 (60') S1 YOGA (HATHA)	09h30 (60') S1 STRETCHING	09h30 (60') S1 PURE BOXE	09h00 (15') EA ABDOS FLASH 09h30 (60') S1 PILATES TRAINING	09h45 (30') S1 GRIT FORCE	09h30 (45') S1 TRX
10H	10h30 (15') EA ABDOS FLASH			10h30 (15') EA ABDOS FLASH		10h30 (45') S1 BODY PUMP	10h30 (15') EA ABDOS FLASH 10h30 (45') S1 BODY BALANCE
11H			11h30 (30') S1 GRIT CARDIO		11h00 (15') EA ABDOS FLASH 11h00 (60') S1 YOGA (HATHA)	11h30 (45') S1 SH BAM	11h30 (45') S1 BODY PUMP
Midi							
12H	12h15 (45') S1 CMG BOOTCAMP 12h45 (15') EA ABDOS FLASH	12h15 (45') S1 PURE TABATA	12h15 (45') S1 BODY PUMP	12h15 (60') S1 YOGA (HATHA) 12h45 (15') EA ABDOS FLASH	12h15 (45') S1 PURE TRAINING	12h30 (45') S1 PURE MOBILITY	12h30 (45') S1 PURE TABATA
13H	13h15 (45') S1 BE STRONG	13h15 (45') S1 BODY PUMP	13h15 (45') S1 TRX	13h15 (45') S1 ZUMBA FITNESS	13h15 (60') S1 PURE MOBILITY	13h30 (45') S1 PURE TRAINING	

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 05:51

	LUNDI 22 avril	MARDI 23 avril	MERCREDI 24 avril	JEUDI 25 avril	VENDREDI 26 avril	SAMEDI 27 avril	DIMANCHE 28 avril
Après-midi							
14H	14h15 (45') S1 STRETCHING	14h15 (55') S1 BODY BALANCE		14h15 (45') S1 BE FIT		14h30 (30') S1 GRIT CARDIO	14h00 (45') S1 TRX
15H						15h15 (60') S1 YOGA (VINYASA)	15h00 (30') S1 GRIT FORCE 15h15 (15') EA ABDOS FLASH 15h45 (30') S1 GRIT CARDIO
16H						16h15 (15') EA ABDOS FLASH 16h30 (45') S1 CMG BOOTCAMP	16h00 (15') EA ABDOS FLASH 16h30 (45') S1 CMG BOOTCAMP
17H	17h15 (30') S1 GRIT FORCE 17h30 (15') EA ABDOS FLASH	17h00 (45') S1 PILATES TRAINING	17h00 (45') S1 YOGA (HATHA)	17h00 (45') S1 CMG BOOTCAMP	17h00 (45') S1 BURNING ROW 17h45 (15') EA ABDOS FLASH	17h00 (15') EA ABDOS FLASH 17h30 (45') S1 TRX BOOTCAMP	17h30 (45') S1 BESTRONG
Soir							
18H	18h00 (45') S1 BODY PUMP 18h45 (15') EA ABDOS FLASH	18h00 (45') S1 TRX BOOTCAMP	18h00 (45') S1 PILATES 18h30 (15') EA ABDOS FLASH	18h00 (30') S1 GRIT FORCE 18h45 (15') EA ABDOS FLASH	18h00 (45') S1 BESTRONG	18h30 (60') S1 PURE BOXE	18h30 (60') S1 STRETCHING
19H	19h00 (30') S1 GRIT CARDIO	19h00 (45') S1 ZUMBA FITNESS	19h00 (60') OT RUN OUT 19h00 (60') S1 PURE BOXE	19h00 (45') S1 BESTRONG	19h00 (45') S1 PURE BOXE 19h15 (15') EA ABDOS FLASH		
20H		20h00 (45') S1 STRETCHING	20h15 (30') S1 GRIT FORCE	20h00 (60') S1 STRETCHING	20h00 (15') EA ABDOS FLASH 20h00 (45') S1 BODY PUMP		
21H		21h00 (45') S1 BURNING ROW	21h00 (60') S1 BODY PUMP	21h15 (30') S1 BURNING ROW	21h00 (60') S1 YOGA (VINYASA)		

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 05:51