

PLANNING COURS COLLECTIFS

LUNDI



9H30 à 10H15

Bike



10H15 à 11H

Stretching

COURS VIDEOS



12H15 à 13H

Wod

COURS VIDEOS



18H à 18H45

Wod

MARDI

COURS VIDEOS



12H15 à 13H

Circuit Training

COURS VIDEOS

MERCREDI



9H30 à 10H15

Bike



10H30 à 11h15

Yoga

COURS VIDEOS



12H15 à 13H

Cuisses Abdos
Fessiers

COURS VIDEOS

JEUDI



12H15 à 13H

Wod

COURS VIDEOS



18H à 18H45

Wod

COURS VIDEOS

VENREDI



9H30 à 10H15

Bike



10H15 à 11H

Body Flow

COURS VIDEOS



12H15 à 13H

Circuit Training

COURS VIDEOS

SAMEDI &
DIMANCHE

COURS VIDEOS



Marine



Rosario



Gaëtan