PLANNING COURS

CROSS TRAINING

ON AIR LA DÉFENSE — #ONAIRFITNESS

ACCÈS ILLIMITÉ AUX COURS POUR SEULEMENT 30€/4 SEMAINES

RÉSERVATION SUR L'APPLICATION ON AIR FITNESS

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
7H30 - 8H30	7H30 - 8H30	7H30 - 8H30	7H30 - 8H30	—	—	—
—	—	—	—	—	11H00 - 12H00	11H00 - 12H00
12H15 - 13H00	12H15 - 13H00	12H15 - 13H00	12H15 - 13H00	—	12H00 - 13H00	12H00 - 13H00
—	—	—	—	—	—	—
19H00 - 19H45	19H00 - 20H00	19H00 - 20H00	18H45 - 19H30	18H30 - 19H15	—	—
—	—	—	19H30 - 20H15	19H15 - 20H00	—	—

ON AIR La Défense - 01 40 90 97 58
C.CIAL WESTFIELD LES 4 TEMPS - 15 PARVIS DE LA DÉFENSE 92092 PUTEAUX
www.onair-fitness.fr

PLANNING

SPORTS DE COMBAT

ON AIR LA DÉFENSE — #ONAIRFITNESS

ACCÈS ILLIMITÉ AUX COURS POUR SEULEMENT 30€/4 SEMAINES

RÉSERVATION SUR L'APPLICATION ON AIR FITNESS

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	DIMANCHE
—	—	—	—	—	—
—	—	—	—	—	13H00 - 14H30 **BOXE** ANGLAISE
18H30 - 20H00 **MMA**	—	18H30 - 20H00 **MMA**	—	18H30 - 20H00 **BOXE** THAÏ	—
20H00 - 21H30 **BOXE** ANGLAISE	20H00 - 21H30 **BOXE** ANGLAISE	20H00 - 21H30 **BOXE** ANGLAISE	20H00 - 21H30 **BOXE** ANGLAISE	20H00 - 21H30 **MMA**	—

ON AIR La Défense - 01 40 90 97 58
C.CIAL WESTFIELD LES 4 TEMPS - 15 PARVIS DE LA DÉFENSE 92092 PUTEAUX
www.onair-fitness.fr

PLANNING CYCLING

ON AIR LA DÉFENSE #ONAIRFITNESS

ACCÈS ILLIMITÉ AUX COURS POUR SEULEMENT 30€/4 SEMAINES

RÉSERVATION SUR L'APPLICATION ON AIR FITNESS

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
12H30 - 13H15 RPM	—	—	12H15 - 13H00 RPM	—	—	—
18H15 - 19H00 RPM	18H15 - 19H00 RPM	18H15 - 19H00 RPM	18H15 - 19H00 CYCLING	18H15 - 19H00 CYCLING	—	18H15 - 19H00 CYCLING
19H15 - 20H00 RPM	19H15 - 20H00 RPM	—	—	—	—	—

ON AIR La Défense - 01 40 90 97 58
C.CIAL WESTFIELD LES 4 TEMPS - 15 PARVIS DE LA DÉFENSE 92092 PUTEAUX
www.onair-fitness.fr

PLANNING
CAF & PILATES

ON AIR LA DÉFENSE #ONAIRFITNESS

ACCÈS ILLIMITÉ AUX COURS POUR SEULEMENT 30€/4 SEMAINES

RÉSERVATION SUR L'APPLICATION ON AIR FITNESS

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
—	—	—	—	—	13H00 - 13H45 PILATES	—
—	—	—	—	—	—	—
—	—	19H15 - 20H00 PILATES	19H15 - 20H00 CAF	19H15 - 20H00 CAF	—	—

ON AIR La Défense - 01 40 90 97 58
C.CIAL WESTFIELD LES 4 TEMPS - 15 PARVIS DE LA DÉFENSE 92092 PUTEAUX
www.onair-fitness.fr