

PLANNING FITNESS

ON AIR GOUSSAINVILLE

#ONAIRFITNESS

ACCÈS ILLIMITÉ AUX COURS POUR SEULEMENT 20€/4 SEMAINES*

MERCI DE LIBÉRER L'ESPACE AUX PARTICIPANTS PENDANT TOUTE LA DURÉE DU COURS

* en supplément de l'abonnement On Air

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
18H30 - 19H15 HIIT	18H45 - 19H45 FULL BODY	19H00 - 20H00 STEP	19H30 - 20H30 CROSS TRAINING	18H45 - 19H45 PILATES	10H30 - 11H30 CARDIO BOXING
19H15 - 20H00 CAF	20H00 - 21H00 BIKING	20H00 - 21H00 PILATES	19H30 - 20H30 STEP	20H00 - 21H00 FULL BODY	11H30 - 12H15 HIIT
19H30 - 20H30 CROSS TRAINING	19H30 - 21H00 BOXE THAÏ		19H30 - 21H00 BOXE ANGLAISE	20H00 - 21H30 MMA	12H15 - 13H00 CAF
20H00 - 21H30 MMA			20H30 - 21H00 ABDOS		
			21H00 - 21H30 STRETCHING		

PLANNING ET RÉSERVATION SUR
L'APPLICATION ON AIR FITNESS

