

# PLANNING FITNESS

ON AIR STAINS

#ONAIRFITNESS

LUNDI	MARDI	MERCREDI
18H - 18H45 CIRCUIT TRAINING	18H - 18H45 ABDOS FLASH	18H15 - 19H00 HIIT
19H00 - 20H30 CROSS TRAINING	18H45 - 20H00 RENFO FESSIER	19H00 - 20H30 CROSS TRAINING/ STRETCHING
20H00 - 21H30 BOXE		20H00 - 21H30 BOXE

JEUDI	VENDREDI
12H00 - 13H30 STRIKING	18H30 - 19H30 CAF CUISSSE ABDOS FESSIERS
18H - 18H45 CIRCUIT TRAINING	20H00 - 21H30 BOXE
19H00 - 20H00  ZUMBA	
20H00 - 20H45 BOOTYCAMP (ONLY LADIES)	

Les cours collectifs sont disponibles dans l'abonnement Original et Ultra