

M 18 05

ON AIR
ORIGINAL FITNESS

DÈS LE 1^{er} JUIN

COURS COLLECTIFS
OPTION À SEULEMENT 5€/SEMAINE*

*En plus de ton abonnement

ON AIR FITNESS **MÉRIGNAC**

PLANNING COURS COLLECTIFS

JUIN 2026 - ON AIR FITNESS MÉRIGNAC

A.M

P.M

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
	FULL BODY WORKOUT 07H30 - 08H30					
	CARDIO BOXE 12H30 - 13H15	HYBRID TRAINING 12H30 - 13H30	CORE TRAINING 12H30 - 13H00	BOOTY CAMP 12H15 - 13H15		
	HYBRID LADIES 12H30 - 13H30			INITIATION MUSCULATION 12H30 - 13H30	HYBRID TRAINING 12H30 - 13H30	
				CARDIO BOXE 12H30 - 13H15		
	HYBRID RENFO/MOBILITÉ 18H30 - 19H30		HYBRID CARDIO 18H30 - 19H30	HALTÉROPHILIE 18H30 - 19H30	HYBRID TRAINING INTENSE 18H30 - 19H30	
	HYBRID TRAINING INTENSE 19H30 - 20H30	HYBRID CARDIO 19H30 - 20H30	HYBRID TRAINING 19H30 - 20H30	HYBRID TRAINING INTENSE 19H30 - 20H30		

ONLY LADIES

BOXE

HYBRID

SPÉCIAUX