



# COURS PROGRAMME DES COURS COLLECTIFS A PARTIR DU 20.10.2017

LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI		SAMEDI	
FITNESS	RPM	FITNESS	RPM	FITNESS	RPM	FITNESS	RPM	FITNESS	RPM	FITNESS	RPM
09:15 - 10:15 <b>LES MILLS BODYPUMP</b>		09:15 - 10:15 CAF		09:15 - 10:00 STEP Niv.1		09:15 - 10:15 BODYSULPT		09:15 - 09:45 LES MILLS BODYPUMP EXPRESS		09:30 - 10:15 CAF	
10:15 - 10:45 LES MILLS CXWORX				10:00 - 10:30 LES MILLS CXWORX				09:45 - 10:15 LES MILLS CXWORX			10:15 - 11:00 LES MILLS RPM
10:45 - 11:30 STRETCH POSTURAL				10:30 - 11:00 STEP INIT.							
12:30 - 13:00 LES MILLS CXWORX		12:30 - 13:15 LES MILLS BODYPUMP				12:30 - 13:15 CAF			12:30 - 13:15 LES MILLS RPM		
17:15 - 18:00 CAF								17:45 - 18:15 HILOW INIT.			
18:00 - 19:00 LES MILLS BODYATTACK	18:00 - 18:50 LES MILLS RPM	18:00 - 19:00 STEP Niv. 2		18:00 - 19:00 LES MILLS BODYPUMP		18:00 - 18:30 LES MILLS BODYPUMP EXPRESS	18:00 - 18:30 LES MILLS RPM EXPRESS	18:15 - 19:00 HILOW Niv.1			
19:00 - 20:00 LES MILLS BODYJAM		19:15 - 20:15 ZUMBA FITNESS		19:00 - 20:00 LES MILLS BODYJAM	19:00 - 19:50 LES MILLS RPM	18:30 - 19:00 LES MILLS CXWORX		19:00 - 20:00 ZUMBA FITNESS			
						19:00 - 20:00 STEP Niv.1					

Rejoignez l'open sur



**ATTENTION annulation du cours si:**

\*Cours Cardio < 5 personnes

\*Renforcement < 3 personnes