VIVEZ L'EXPERIENCE FITNESS ULTIME!!!

Planning 2014 - 2015

S&BE Silhouette & Bien Etre

Horaires d'ouverture de votre centre sportif
du Lundi au Vendredi
de 9 heures à 21 heures
le Samedi
de 9 heures à 17 heures

COURS COLLECTIFS

LESMILLS THE WORLD'S BEST FITNESS CLASSES

Nous avons choisi les cours **LES MILLS** pour vous garantir une qualité d'entrainement,

MUSCULATION
CARDIO TRAINING
en accès libre

TOUS ensemble pour une planète en forme

01 60 26 20 87

ZA - 12, Allée des Cinq Noyers
77410 Annet sur Marne

www.SilhouetteEtBienEtre.fr

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
					9h30 à 10h15 LESMILLS BODYPUMP
					10h30 à 11h30 LESMILLS BODYBALANCE
		16h15 à 17h15 S&BE HIP-HOP ADOS			11h30 à 12h15 LESMILLS BODYJAM
		17h15 à 18h15 S&BE HIP-HOP ADOS			
	18h30 à 19h15 LESMILLS BODYPUMP	18h30 à 19h15 ZUMBA			
19h15 à 20h S&BE STEP	19h30 à 20h15 ZUMBA	19h30 à 20h15 LESMILLS BODYPUMP	19h30 à 20h15 LESMILLS BODYATTACK	19h30 à 20h15 S&BE STRETCHING	
20h à 20h45 ZUMBA	20h15 à 20h45 S&BE AF		20h15 à 21h LESMILLS BODYBALANCE	20h30 à 21h15 S&BE CAF	
20h45 à 21h30 S&BE CAF	20h45 à 21h30 LESMILLS BODYJAM				

STUDIO RPM . STUDIO RPM . STUDIO RPM

			18h30 à 19h15 LESMILLS RPM	18h30 à 19h15 LESMILLS RPM	
20h15 à 21h LESMILLS RPM					
		20h30 à 21h15 LESMILLS RPM			

MERCI

De présenter votre carte de membre à chaque passage.

De pratiquer dans votre centre en tenue de sport avec des chaussures reservées à un usage intérieur et de vous munir d'une serviette, pour le confort et l'hygiène de tous.

Tous ensemble pour une planète en forme

La Direction se réserve le droit de modifier les horaires en fonction de la fréquentation des cours

S&BE Silhouette & Bien Etre