

Planning

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
10h00 30' ABDOS FESSIERS	10h00 45' YAKO TRAINING		10h00 30' YAKO+ INTÉGRAL	10h00 45' YAKO PUMP	10h00 30' ABDOS FESSIERS
10h30 45' STEP	10h45 30' YAKO+ INTÉGRAL		10h30 30' ABDOS FESSIERS	10h45 45' YAKO Attitude	10h30 45' YAKO baila
11h15 30' GYM DOUCE	11h15 30' YAKO détente		11h00 30' GYM DOUCE		11h15 30' YAKO détente
12h30 45' YAKO baila	12h30 45' YAKO Attitude		12h30 45' ABDOS FESSIERS	12h30 45' STEP	
15h00 30' ABDOS FESSIERS	15h00 45' STEP DÉB.		15h00 45' YAKO PUMP	15h00 30' ABDOS FESSIERS	
15h30 45' YAKO Attitude	15h45 30' ABDOS FESSIERS		15h45 30' YAKO détente	15h30 30' YAKO+ INTÉGRAL	
17h30 45' YAKO TRAINING	17h30 45' YAKO baila	17h30 30' ABDOS FESSIERS	17h30 45' YAKO PUMP	17h30 30' YAKO JUMP	
18h15 30' ABDOS FESSIERS	18h15 30' YAKO+ INTÉGRAL	18h00 30' YAKO JUMP	18h15 45' YAKO baila	18h00 45' YAKO PUMP	
18h45 30' YAKO JUMP	18h45 45' AERO DÉB.	18h30 45' STEP INTER.	19h00 45' AERO INTER.	18h45 45' YAKO Attitude	
19h15 45' STEP DÉB.	19h30 45' YAKO PUMP	19h15 45' YAKO Attitude	19h45 30' ABDOS FESSIERS	19h30 30' ABDOS FESSIERS	
20h00 30' YAKO détente	20h15 30' ABDOS FESSIERS	20h00 30' YAKO+ INTÉGRAL	20h15 45' YAKO TRAINING		

Fréquentation à volonté