

Planning

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
10h00 60' YAKO TRAINING	10h00 30' ABDOS FESSIERS	10h00 30' ABDOS FESSIERS	10h00 30' GYM DOUCE		10h00 60' YAKO TRAINING
	10h30 30' YAKO+ INTÉGRAL	10h30 45' STEP DÉB.	10h30 45' YAKO Attitude		
11h15 15' YAKO détente	11h00 30' YAKO détente	11h15 15' YAKO détente			11h00 30' YAKO détente
12h30 45' CUISSSES ABDOS FESSIERS	12h30 45' YAKO TRAINING	12h30 45' YAKO PUMP	12h30 45' YAKO BIKING		
15h00 30' GYM DOUCE	15h00 30' ABDOS FESSIERS	15h00 30' YAKO+ INTÉGRAL	15h00 45' YAKO baila		
15h30 30' ABDOS FESSIERS	15h30 45' YAKO Attitude	15h30 30' ABDOS FESSIERS	15h45 30' YAKO détente		
17h30 45' STEP INTER	17h30 45' YAKO PUMP	17h30 30' YAKO+ INTÉGRAL	17h30 30' ABDOS FESSIERS	17h30 45' YAKO TRAINING	
18h15 30' ABDOS FESSIERS	18h15 30' YAKO JUMP	18h00 30' YAKO COMBAT	18h00 45' STEP DÉB.	18h15 30' ABDOS FESSIERS	
18h45 45' AERO	18h45 30' ABDOS FESSIERS	18h30 30' ABDOS FESSIERS	18h45 45' YAKO PUMP	18h45 30' YAKO COMBAT	
19h30 45' YAKO PUMP	19h15 45' YAKO baila	19h00 45' STEP DÉB.	19h30 30' YAKO JUMP	19h15 45' YAKO baila	
20h15 30' ABDOS FESSIERS	20h00 30' YAKO détente	19h45 45' YAKO baila	20h00 30' ABDOS FESSIERS	20h00 45' YAKO Attitude	

Fréquentation à volonté