

PLANNING DES COURS COLLECTIFS Du 10 Septembre 2017 au 31 Decembre 2017

CLUB NEONESS KREMLIN



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
09:30 Gym Zen 45 min.		09:30 Body Pump 45 min.	09:30 Caf 45 min.			
10:15 Caf 45 min.		10:15 Body Balance 45 min.	10:15 Zumba 45 min.		10:30 Body Pump 45 min.	
					11:15 Mix Fitness 45 min.	
12:15 Step Debutant 30 min.	12:15 Caf 45 min.	12:15 Body Combat 45 min.		12:15 Body Sculpt 45 min.	12:00 Gym Zen 45 min.	
12:45 Body Pump 45 min.	13:00 Zumba Burst 30 min.	13:00 Abdos Fessiers 30 min.		13:00 Body Balance 45 min.		
	15:00 Body Attack 45 min.					
	15:45 Stretching 45 min.					
18:15 Body Combat 45 min.	18:00 Body Pump 60 min.	18:15 Step 45 min.	18:00 Body Balance 45 min.	18:15 Zumba 45 min.		
19:00 Body Sculpt 45 min.	19:00 Zumba 45 min.	19:00 Boot Camp 45 min.	18:45 Abdos Fessiers 30 min.	19:00 Caf 45 min.		
19:45 Body Attack 60 min.	19:45 Abdos Fessiers 30 min.	19:45 Mix Fitness 45 min.	19:15 Zumba 45 min.	19:45 Body Balance 45 min.		
20:45 Caf 45 min.	20:15 Mix Fitness 60 min.	20:30 Body Pump 45 min.	20:00 Body Pump 45 min.	20:30 Body Attack 45 min.		
			20:45 Body Combat 45 min.			

new NOUVEAU

COURS SUR RÉSERVATION
réservation recommandée
mais pas obligatoire

DOMINANTES

Cours de cardio-training

Cours de renforcement
et bien-être

Cours de renforcement
musculaire