

# PLANNING DES COURS COLLECTIFS

2017

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>Cours Vidéo</b> 7h à 21h30	<b>Cours Vidéo</b> 7h à 21h30	<b>Cours Vidéo</b> 7h à 21h30	<b>Cours Vidéo</b> 7h à 21h30	<b>Cours Vidéo</b> 7h à 21h30
8h30 à 14h / 17h - 20h	8h30 à 14h / 17h - 20h	7h à 14h / 17h - 20h	7h à 14h / 17h - 20h	7h à 14h / 17h - 20h
Rdv coaching	Rdv coaching	Rdv coaching	Rdv coaching	Rdv coaching

7h45   30' Feel Biking	7h45   30' Feel Biking			
12h15   30' Feel Biking	12h15   45' Body Barre	12h15   30' Abdos fessiers	12h   45' CAF	12h00   45' Feel Biking
12h45   45' Zumba	13h00   45' Pilates	12h45   30' Step	12h45   30' Feel Attack	12h45   45' Zumba
13h30   30' Abdos fessiers	13h45   15' Abdos flash	13h15   30' Feel Biking	13h15   30' Feel Biking	13h30   45' Pilates
	18h30   45' Body Barre	18h30   30' Abdos fessiers		
	19h15   45' Feel Biking	19h00   45' Body Sculpt		

<b>BIEN-ETRE / SANTÉ</b> Pour se sentir bien et améliorer sa souplesse	<b>SILHOUETTE</b> Pour se tonifier et s'affiner	<b>PERFORMANCE</b> Pour améliorer sa force et son cardio en se dépassant	<b>COURS VIDEO</b> Abdos taille, gym dynamique, Cuisses Abdos Fessiers, ...	<b>RDV COACHING</b> Entretiens personnels et suivis avec votre coach. Prise de rdv à l'accueil
---	--	---	--	---

## Planning effectif à partir du 4 septembre 2017

Renseignements et prises de RDV avec votre coach à l'accueil

Horaires : du lundi au vendredi 7h à 21h30

Le planning peut être modifié pendant les vacances scolaires

Feel Sport, 4 boulevard des Bouvets 92800 Puteaux - 0146920202