

PLANNING DES COURS COLLECTIFS 2026

LUNDI

9h00 – 10h00
CAF

10h00 – 11h00
YOGA

17h30 – 18h30
POWER SCULPT

18h30 – 19h30
ZUMBA

19h30 – 20h00
STRETCHING

MARDI

9h00 – 10h00
STEP

10h00 – 11h00
POWER SCULPT

12h30 – 13h15
PACK 45

17h30 – 18h15
PACK 45

18h15 – 18h45
ABDO FLASH

18h45 – 19h45
PILÂTES

MERCREDI

9h15 – 10h00
PACK 45

10h00 – 10h30
ABDO FLASH

17h30 – 18h00
UPPER BODY

18h00 – 18h30
ABDO FLASH

18h30 – 19h30
STEP

JEUDI

9h00 – 10h00
POWER SCULPT

10h00 – 11h00
PILÂTES

12h30 – 13h30
CAF

17h30 – 18h30
CAF

18h30 – 19h30
BOXE
THAILANDAISE

19h30 – 20h00
ABDO FLASH

VENDREDI

9h15 – 10h00
HIIT

10h00 – 11h00
STRETCHING

17h30 – 18h30
YOGA

18h30 – 19h30
HIIT