

Planning des cours collectifs

Compans

	Lundi				Mardi			Mercredi			Jeudi		Vendredi	
	GYM DOUCE et POSTURE	CARDIO DANSE	ABDOS et FESSIERS	FIGHT et RENFO	ABDOS et FESSIERS	CARDIO DANSE	FIGHT et RENFO	GYM DOUCE et POSTURE	CARDIO DANSE	FIGHT et RENFO	ABDOS et FESSIERS	FIGHT et RENFO	FIGHT et RENFO	GYM DOUCE et POSTURE
12h00														
12h15														
12h45														
16h00														
17h15														
18h15														
19h15														
20h00														

COACH DISPONIBLE SUR PLATEAUX

Boxing Fight : dominante cardio
 Boxing Renfo : dominante renforcement musculaire

