

PLANNING DES GROUP TRAININGS (Cours collectifs avec Coach) Du 05 Decembre 2022 au 03 Septembre 2023
CLUB NEONESS LYON Lundi et vendredi : 9h-22h / Mardi, mercredi, jeudi : 7h-22h / Samedi : 9h-19h / Dimanche : 9h-17h



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
09:30 Body Sculpt 45 min. 10:15 Neo Pilates 45 min. 18:00 Neo Caf 45 min. 18:45 Strong Nation 45 min. 19:30 Neo Yoga 45 min. 20:15 Zumba 45 min.	09:30 Neo Caf 45 min. 10:15 Neo Yoga 45 min. 18:00 Step 45 min. 18:45 Body Sculpt 45 min. 19:30 Neo Boxe&rope 45 min. 20:15 Body Training Force 45 min.	18:00 Strong Nation 45 min. 18:45 Body Training Force 45 min. 19:30 Neo Hiit 45 min. 20:15 Neo Yoga 45 min.	09:30 Body Training Force 45 min. 10:15 Neo Pilates 45 min. 18:00 Body Sculpt 45 min. 18:45 Zumba 45 min. 19:30 Neo Caf 45 min. 20:15 Neo Hiit 45 min.	09:30 Body Sculpt 45 min. 10:15 Neo Yoga 45 min. 18:00 Neo Cross Training 45 min. 18:45 Step Debutant 45 min. 19:30 Neo Pilates 45 min.	10:00 Zumba 45 min. 10:45 Neo Pilates 45 min. 11:30 Neo Caf 45 min.	

new NOUVEAU

📅

**COURS SUR
RÉSERVATION**
 réservation recommandée
 mais pas obligatoire

DOMINANTES

Cardio & Danse

Bien-être

Renforcement musculaire

Ce planning de cours collectifs est susceptible de subir des modifications en fonction des attentes des adhérents et des impératifs de production.**NB: Les durées des séances comprennent l'installation et le rangement.**