

PLANNING DES GROUP TRAININGS (Cours collectifs avec Coach) De l'ouverture du club au 03 Janvier 2021
CLUB NEONESS AUBERVILLIERS Lundi au vendredi : 7h-22h / Samedi : 9h-19h / Dimanche : 9h-17h



	Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi	Samedi	Dimanche
08:30 new	Neo Pilates 45 min.			08:30 new	Neo Hiit 30 min.		
09:15	Body Pump 45 min.			09:00 new	Neo Pilates 60 min.		
12:15 new	Neo Pilates 45 min.	12:15 Body Attack 45 min.	12:15 new	12:15 Body Pump 45 min.	12:15 new	12:15 Body Combat 45 min.	
13:00 new	Neo Hiit 30 min.	13:00 new	12:45 new	13:00 new	12:45 new		
		Neo Stretch 30 min.	Neo Caf 30 min.	Neo Hiit 30 min.	Neo Pilates 45 min.		
			Neo Yoga 45 min.				
18:15	Body Sculpt 45 min.	18:15 new	18:15 new	18:15 new	18:15	18:15	
19:00	Body Combat 45 min.	19:00 Body Attack 45 min.	18:45	19:00	19:15 new	19:15 new	
19:45 new	Neo Caf 45 min.	19:45 Zumba 45 min.	19:45 new	19:45 new			
			Neo Hiit 30 min.	Neo Cross Training 45 min.	Body Pump 60 min.		
			Body Pump 60 min.	Zumba 45 min.	Neo Boxe&rope 45 min.		
			Neo Pilates 45 min.	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.**