

PLANNING DES GROUP TRAININGS (Cours collectifs avec Coach) Du 01 Mai 2023 au 03 Septembre 2023
 CLUB NEONESS MOTTE PICQUET Lundi au vendredi : 7h-22h / Samedi : 9h-19h / Dimanche : 9h-17h



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
09:30 Body Sculpt 45 min. 10:15 Neo Stretch 45 min. 12:15 Body Combat Training 45 min. 13:00 Neo Caf 30 min. 15:00 Neo Caf 45 min. 15:45 Neo Hiit 45 min. 18:00 Step Debutant 45 min. 18:45 Body Training Force 60 min. 19:45 Neo Yoga 60 min. 20:45 Body Sculpt 45 min.	09:30 Neo Yoga 60 min. 10:30 Neo Caf 30 min. 12:15 Neo Caf 30 min. 12:45 Step Debutant 45 min. 18:00 Body Training Force 45 min. 18:45 Neo Stretch 60 min. 19:45 Neo Caf 30 min. 20:15 Body Training Cardio 60 min.	09:30 Body Training Force 45 min. 10:15 Neo Stretch 45 min. 12:15 Neo Yoga 45 min. 13:00 Neo Cross Training 45 min. 18:00 Neo Pilates 45 min. 18:45 Neo Caf 30 min. 19:15 Zumba 45 min. 20:00 Body Training Force 45 min. 20:45 Neo Cross Training 45 min.	09:30 Body Sculpt 45 min. 10:15 Zumba 45 min. 12:15 Neo Caf 30 min. 12:45 Neo Dance 45 min. 18:00 Neo Caf 30 min. 18:30 Body Training Force 45 min. 19:15 Body Training Cardio 45 min. 20:00 Step Debutant 45 min. 20:45 Neo Caf 45 min.	10:00 Neo Caf 45 min. 10:45 Neo Cross Training 45 min. 12:15 Neo Caf 30 min. 12:45 Neo Pilates 45 min. 18:00 Body Training Force 60 min. 19:00 Body Combat Training 45 min. 19:45 Neo Caf 30 min. 20:15 Body Training Cardio 60 min.	10:00 Body Training Force 60 min. 11:00 Body Combat Training 60 min. 12:00 Neo Stretch 45 min. 14:00 Step Debutant 45 min. 14:45 Neo Caf 45 min. 15:30 Neo Stretch 60 min.	10:00 Neo Stretch 60 min. 11:00 Body Training Force 60 min. 12:00 Body Training Cardio 60 min. 14:00 Neo Caf 45 min. 14:45 Zumba 45 min. 15:30 Neo Stretch 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.**

