

# PLANNING DES GROUP TRAININGS (Cours collectifs avec Coach) Du 04 Novembre 2019 au 05 Janvier 2020

## CLUB NEONESS RÉPUBLIQUE



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jedi	Vendredi	Samedi	Dimanche
09:30	<b>new</b> Neo Stretch 45 min.			<b>new</b> Neo Caf 45 min.	<b>new</b> Neo Pilates 45 min.		
10:15	<b>new</b> Neo Boxe&rope 45 min.	<b>new</b> Neo Cross Training 45 min.		<b>new</b> Neo Yoga 45 min.	<b>new</b> Neo Hiit 45 min.		
		11:00 Body Combat 45 min.				10:30 <b>new</b> Neo Stretch 45 min.	10:30 <b>new</b> Neo Caf 45 min.
12:15	<b>new</b> Neo Cross Training 45 min.	12:15 Body Attack 45 min.	12:15 <b>new</b> Neo Caf 30 min.	12:15 Body Pump 45 min.	<b>new</b> Neo Boxe&rope 45 min.	11:15 <b>new</b> Neo Caf 45 min.	11:15 Zumba 45 min.
13:00	<b>new</b> Neo Hiit 30 min.	<b>new</b> Neo Stretch 30 min.	12:45 Zumba 45 min.	<b>new</b> Neo Pilates 45 min.	<b>new</b> Neo Caf 30 min.	12:00 Body Combat 45 min.	12:00 <b>new</b> Neo Yoga 45 min.
		14:30 Zumba 45 min.	14:30 Step 45 min.				
		15:15 Body Sculpt 45 min.	15:15 <b>new</b> Neo Caf 45 min.		15:15 Body Pump 45 min.	<b>new</b> Neo Caf 30 min.	
					16:00 <b>new</b> Neo Hiit 45 min.	15:30 Zumba 45 min.	
						16:15 Body Sculpt 45 min.	
						17:00 <b>new</b> Neo Stretch 30 min.	
18:00	<b>new</b> Neo Caf 45 min.	<b>new</b> Neo Yoga 45 min.	18:00 <b>new</b> Neo Hiit 30 min.	<b>new</b> Neo Pilates 45 min.	<b>new</b> Neo Caf 30 min.		
18:45	Zumba 45 min.	<b>new</b> Neo Caf 45 min.	18:30 <b>new</b> Neo Cross Training 30 min.	18:45 Zumba 45 min.	18:30 Body Combat 60 min.		
19:30	Body Pump 60 min.	19:30 Body Combat 45 min.	19:00 Body Attack 45 min.	19:30 Body Pump 45 min.	19:30 Body Sculpt 45 min.		
20:30	Body Attack 60 min.	20:15 Body Pump 60 min.	19:45 Step 45 min.	20:15 <b>new</b> Neo Hiit 45 min.	20:15 <b>new</b> Neo Yoga 45 min.		
			20:30 <b>new</b> 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.**