

PLANNING DES GROUP TRAININGS (Cours collectifs avec Coach) Du 27 Fevrier 2023 au 27 Aout 2023
 CLUB NEONESS RÉPUBLIQUE



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
		09:30 Body Training Force 45 min.	09:30 Neo Caf 45 min.			
	10:15 Neo Cross Training 45 min.		10:15 Neo Yoga 45 min.		10:30 Neo Stretch 45 min.	10:30 Neo Caf 45 min.
	11:00 Body Combat 45 min.				11:15 Neo Caf 45 min.	11:15 Zumba 45 min.
12:15 Neo Cross Training 45 min.	12:15 Body Training Cardio 45 min.	12:15 Neo Caf 30 min.	12:15 Body Training Force 45 min.	12:15 Neo Boxe&rope 45 min.	12:00 Body Combat 45 min.	12:00 Neo Stretch 45 min.
13:00 Neo Hiit 30 min.	13:00 Neo Stretch 30 min.	12:45 Zumba 45 min.	13:00 Neo Pilates 45 min.	13:00 Neo Caf 30 min.		
	14:30 Zumba 45 min.	14:30 Neo Caf 45 min.	14:30 Body Combat 45 min.			13:30 Neo Hiit 45 min.
	15:15 Body Sculpt 45 min.	15:15 Neo Yoga 45 min.		15:15 Body Training Force 45 min.	15:00 Body Sculpt 45 min.	14:15 Body Sculpt 45 min.
				16:00 Neo Hiit 45 min.	15:45 Zumba 45 min.	15:00 Neo Stretch 30 min.
					16:30 Neo Pilates 45 min.	
18:00 Neo Caf 45 min.	18:00 Neo Yoga 45 min.	18:00 Neo Hiit 30 min.	18:00 Neo Pilates 45 min.	18:00 Neo Caf 45 min.		
18:45 Zumba 45 min.	18:45 Neo Caf 45 min.	18:30 Neo Cross Training 30 min.	18:45 Zumba 45 min.	18:45 Body Combat 45 min.		
19:30 Body Training Force 45 min.	19:30 Body Combat 45 min.	19:00 Body Training Cardio 45 min.	19:30 Body Training Force 45 min.	19:30 Body Sculpt 45 min.		
20:15 Body Training Cardio 45 min.	20:15 Body Training Force 60 min.	19:45 Step 45 min.	20:15 Neo Hiit 45 min.	20:15 Neo Yoga 45 min.		
		20:30 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.