

PLANNING DES GROUP TRAININGS (Cours collectifs avec Coach) Du 06 Janvier 2020 au 30 Aout 2020

CLUB NEONESS BELLEVILLE



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
09:30	new Neo Boxe&rope 45 min.	new Neo Pilates 45 min.	new Neo Caf 45 min.		09:30 Body Pump 45 min.		
10:15	new Neo Caf 45 min.	new Neo Hiit 45 min.	new Afro Dance 45 min.		10:15 new Neo Pilates 45 min.		
12:15	Body Pump 45 min.	12:15 Body Combat 45 min.	12:15 Body Sculpt 30 min.	12:15 Neo Caf 30 min.	12:15 new Neo Cross Training 30 min.	10:30 Body Attack 45 min.	10:30 new Neo Hiit 45 min.
13:00	new Neo Yoga 45 min.	13:00 new Neo Pilates 45 min.	12:45 Body Pump 45 min.	12:45 new Neo Stretch 45 min.	12:45 Body Attack 45 min.	11:15 new Neo Caf 30 min.	11:15 new Neo Yoga 45 min.
				14:15 new Afro Dance 45 min.		11:45 Body Balance 60 min.	12:00 new Neo Caf 45 min.
				15:00 new Neo Caf 30 min.		14:00 new Neo Hiit 45 min.	
		16:45 new Neo Yoga 45 min.				14:45 Body Pump 60 min.	
18:15	new Neo Cross Training 45 min.	18:15 Body Balance 45 min.	18:15 Body Pump 45 min.	18:15 new Neo Boxe&rope 45 min.	18:15 new Neo Hiit 45 min.		
19:00	new Neo Hiit 45 min.	19:00 Body Sculpt 45 min.	19:00 new Neo Hiit 30 min.	19:00 new Neo Caf 45 min.	19:00 Body Pump 45 min.		
19:45	Zumba 60 min.	19:45 Body Combat 60 min.	19:30 new Neo Cross Training 45 min.	19:45 Body Attack 45 min.	19:45 new Neo Pilates 45 min.		
20:45	new Neo Pilates 45 min.	20:45 new Neo Caf 45 min.	20:15 Zumba 45 min.	20:30 new Neo Yoga 45 min.	20:30 new Neo Caf 30 min.		
			21:00 new Neo Stretch 30 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.**