

# PLANNING DES GROUP TRAININGS (Cours collectifs avec Coach) Du 06 Septembre 2021 au 02 Janvier 2022

## CLUB NEONESS BELLEVILLE



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