

PLANNING DES GROUP TRAININGS (Cours collectifs avec Coach) De l'ouverture du club au 03 Janvier 2021
CLUB NEONESS SEVRAN



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