

PLANNING DES GROUP TRAININGS (Cours collectifs avec Coach) Du 26 Aout 2019 au 05 Janvier 2020

CLUB NEONESS BARBÈS



	Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi	Samedi	Dimanche
		09:30 Body Balance 60 min.	09:30 new Neo Hiit 45 min.	09:30 Body Sculpt 45 min.			
		10:30 new Neo Caf 30 min.	10:15 new Neo Yoga 45 min.	10:15 new Neo Stretch 45 min.		10:30 Body Attack 60 min.	10:30 Body Pump 60 min.
12:15	Body Attack 45 min.		12:15 new Neo Caf 45 min.	12:15 Body Combat 60 min.	12:15 new Neo Cross Training 45 min.	11:30 new Neo Caf 45 min.	11:30 new Neo Hiit 45 min.
13:00	new Neo Caf 30 min.					12:15 new Neo Yoga 45 min.	12:15 new Neo Pilates 45 min.
15:00	new Neo Caf 45 min.						
15:45	new Neo Hiit 45 min.						
18:00	Body Attack 45 min.	18:00 new Neo Boxe&rope 45 min.	18:00 Body Pump 60 min.	18:00 new Neo Hiit 45 min.	17:45 Body Sculpt 45 min.		
18:45	Body Balance 60 min.	18:45 new Neo Caf 45 min.	19:00 new Neo Boxe&rope 45 min.	18:45 new Neo Stretch 45 min.	18:30 Body Attack 45 min.		
19:45	Body Combat 45 min.	19:30 new Neo Pilates 45 min.	19:45 Body Sculpt 45 min.	19:30 Body Pump 45 min.	19:15 new Neo Pilates 45 min.		
20:30	new Neo Caf 45 min.	20:15 Body Pump 60 min.	20:30 Body Combat 45 min.	20:15 Body Attack 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.**