

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

CLUB NEONESS EPINAY



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
09:30	new Neo Caf 45 min.				new Neo Hiit 45 min.		
10:15	new Neo Stretch 45 min.				new Neo Yoga 45 min.	new Neo Caf 45 min.	
18:15	Body Pump 45 min.	new Neo Yoga 45 min.	new Neo Cross Training 45 min.	new Afro Dance 45 min.	new Neo Caf 45 min.		
19:00	Body Combat 45 min.	Body Attack 45 min.	new Afro Dance 45 min.	Body Pump 45 min.	Body Combat 45 min.		
19:45	new Neo Pilates 45 min.	new Neo Cross Training 45 min.	new Neo Pilates 45 min.	new Neo Yoga 45 min.	Step Debutant 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.**