

**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 <b>new</b> Neo Caf 45 min.				09:30 <b>new</b> Neo Hiit 45 min.		
10:15 <b>new</b> Neo Stretch 45 min.				10:15 <b>new</b> Neo Yoga 45 min.	10:00 <b>new</b> Neo Caf 45 min.	
					10:45 <b>new</b> Neo Hiit 45 min.	
					11:30 <b>new</b> Neo Pilates 45 min.	
18:15 Body Pump 45 min.	18:15 <b>new</b> Neo Yoga 45 min.	18:15 <b>new</b> Neo Cross Training 45 min.	18:15 <b>new</b> Afro Dance 45 min.	18:15 <b>new</b> Neo Caf 45 min.		
19:00 Body Combat 45 min.	19:00 Body Attack 45 min.	19:00 <b>new</b> Afro Dance 45 min.	19:00 Body Pump 45 min.	19:00 Body Combat 45 min.		
19:45 <b>new</b> Neo Pilates 45 min.	19:45 <b>new</b> Neo Cross Training 45 min.	19:45 <b>new</b> Neo Pilates 45 min.	19:45 <b>new</b> Neo Yoga 45 min.	19:45 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.**