

CLUB NEONESS EPINAY

Du 07 Mai 2018 au 02 Septembre 2018



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jedi	Vendredi	Samedi	Dimanche
09:30	Body Pump 45 min.	Mix Fitness 45 min.	Caf 45 min.		Zumba 45 min.		
10:15	Gym Zen 45 min.	new Circuit Minceur 45 min.	Stretching 45 min.		Caf 45 min.	10:30 Body Attack 45 min.	
						11:15 Caf 45 min.	
						12:00 Zumba 45 min.	
17:45		Stretching 30 min.					
18:15	Body Pump 60 min.	Caf 45 min.	Abdos Fessiers 30 min.	Step Debutant 45 min.	Caf 45 min.		
19:15	Body Combat 45 min.	19:00 Body Attack 60 min.	18:45 Fun Dance 45 min. new	19:00 Body Pump 45 min.	19:00 Body Combat 45 min.		
20:00	Abdos Fessiers 30 min.	20:00 Boot Camp 45 min.	19:30 Body Attack 45 min.	19:45 Zumba 45 min.	19:45 Body Sculpt 45 min.		
20:30	new Afrovibe 45 min.	20:45 Afrovibe 45 min. new	20:15 Body Pump 60 min.	20:30 Boot Camp 45 min.			

new NOUVEAU

**COURS SUR
RÉSERVATION**
réservation recommandée
mais pas obligatoire

DOMINANTES

Cours de cardio-training

Cours de renforcement et bien-être

Cours de renforcement musculaire