

PLANNING DES COURS COLLECTIFS Du 05 Aout 2019 au 11 Aout 2019
CLUB NEONESS EPINAY



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
18:15	Body Pump 45 min.	Abdos Fessiers 30 min.	Caf 45 min.	Step Debutant 45 min.	Caf 45 min.		
19:00	Body Combat 45 min.	Body Attack 45 min.	Zumba 45 min.	Body Pump 45 min.	Body Combat 45 min.		
19:30		Gym Zen 45 min.	Body Attack 45 min.	Initiation Danse Afro Caribeenne 45 min.	Gym Zen 30 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

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.**