

PLANNING DES COURS COLLECTIFS Du 26 Fevrier 2018 au 02 Septembre 2018

CLUB NEONESS KREMLIN



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
	09:00					
09:30	Body Sculpt 45 min.					
	09:45					
Gym Zen 45 min.	Gym Zen 45 min.	09:30	09:30			
		Body Pump 45 min.	Caf 45 min.			
10:15		10:15	10:15			
Caf 45 min.		Body Balance 45 min.	Zumba 45 min.		10:30	
					Body Pump 60 min.	
					11:30	
					Mix Fitness 45 min.	
12:15	12:15	12:15		12:15	12:15	
Boot Camp 30 min.	Stretching 30 min.	Body Combat 45 min.		Body Sculpt 45 min.	Gym Zen 30 min.	
12:45	12:45	13:00		13:00		
Body Pump 45 min.	Body Attack 45 min.	Abdos Fessiers 30 min.		Body Balance 45 min.		
18:15	18:00	18:15	18:00	18:15		
Body Combat 45 min.	Body Pump 60 min.	Step 45 min.	Body Balance 45 min.	Zumba 45 min.		
19:00	19:00	19:00	18:45	19:00		
Body Sculpt 45 min.	Zumba 45 min.	Boot Camp 45 min.	Body Pump 45 min.	Body Attack 45 min.		
19:45	19:45	19:45	19:30	19:45		
Body Attack 60 min.	Abdos Fessiers 30 min.	Body Pump 45 min.	Zumba 60 min.	Caf 45 min.		
20:45	20:15	20:30	20:30	20:30		
Caf 45 min.	Mix Fitness 60 min.	Gym Zen 30 min.	Abdos Fessiers 30 min.	Body Balance 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