

PLANNING DES GROUP TRAININGS (Cours collectifs avec Coach) Du 06 Janvier 2020 au 30 Aout 2020
CLUB NEONESS LYON PART-DIEU



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
09:30 new Neo Cross Training 45 min.		09:30 new Neo Pilates 45 min.				
10:15 new Neo Yoga 45 min.		10:15 new Neo Caf 45 min.			10:30 new Strong 45 min.	
					11:15 new Neo Yoga 45 min.	
12:15 Zumba 45 min.		12:15 new Neo Cross Training 45 min.		12:15 new Neo Boxe&rope 45 min.	12:00 Body Sculpt 45 min.	
13:00 new Neo Cross Training 30 min.		13:00 new Neo Hiit 30 min.		13:00 new Neo Caf 30 min.		
18:00 Body Sculpt 45 min.	18:00 Zumba 60 min.	18:00 new Neo Caf 45 min.	18:00 new Neo Boxe&rope 45 min.	18:00 new Strong 60 min.		
18:45 new Neo Hiit 45 min.	19:00 new Neo Cross Training 45 min.	18:45 Step Debutant 45 min.	18:45 new Neo Pilates 45 min.	19:00 new Neo Yoga 45 min.		
19:30 new Neo Caf 45 min.	19:45 new Strong 45 min.	19:30 new Neo Cross Training 30 min.	19:30 Zumba 60 min.			
20:15 new Neo Pilates 45 min.		20:00 new Neo Yoga 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.**