

PLANNING DES GROUP TRAININGS (Cours collectifs avec Coach) De l'ouverture du club au 30 Aout 2020

CLUB NEONESS PLACE D'ITALIE LES GOBELINS



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jedi	Vendredi	Samedi	Dimanche
09:30	new Neo Hiit 45 min.	09:30 Body Sculpt 45 min.		new 09:30 Neo Yoga 45 min.			
10:15	Body Pump 45 min.	new 10:15 Neo Stretch 45 min.		new 10:15 Neo Caf 45 min.		10:00 Body Pump 45 min.	10:00 Body Combat 45 min.
12:15	new Neo Boxe&rope 45 min.	new 12:15 Neo Yoga 45 min.	new 12:15 Neo Hiit 30 min.	new 12:15 Neo Cross Training 45 min.	new 12:15 Neo Caf 30 min.		
13:00	new Neo Cross Training 30 min.	new 13:00 Neo Caf 30 min.	new 12:45 Neo Pilates 45 min.	new 13:00 Neo Caf 30 min.	12:45 Zumba 45 min.		
15:00	new Neo Caf 45 min.						
15:45	new Neo Pilates 45 min.						
18:00	new Neo Cross Training 45 min.	18:00 Zumba 45 min.	new 18:00 Neo Caf 45 min.	new 18:00 Neo Yoga 60 min.	18:00 Body Attack 60 min.		
18:45	Body Attack 60 min.	18:45 Body Sculpt 45 min.	18:45 Body Pump 60 min.	19:00 Body Sculpt 45 min.	new 19:00 Neo Cross Training 45 min.		
19:45	new Neo Boxe&rope 45 min.	19:30 Body Combat 45 min.	19:45 Body Attack 45 min.	19:45 Zumba 45 min.	19:45 Body Combat 45 min.		
20:30	new Neo Pilates 45 min.	new 20:15 Neo Hiit 30 min.	new 20:30 Neo Stretch 45 min.	20:30 Body Pump 45 min.	new 20:30 Neo Stretch 45 min.		
		new 20:45 Neo Caf 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.**