

PLANNING DES GROUP TRAININGS (Cours collectifs avec Coach) Du 02 Aout 2021 au 26 Decembre 2021
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.	12:15 new Neo Hiit 30 min.	12:15 new Neo Cross Training 45 min.	12:15 new Neo Caf 30 min.		
13:00	new Neo Cross Training 30 min.	new 13:00 Neo Caf 30 min.	12:45 new Neo Pilates 45 min.	13:00 new Neo Caf 30 min.	12:45 Body Combat 45 min.	10:45 new Neo Hiit 45 min.	10:45 new Neo Yoga 45 min.
15:00	new Neo Caf 45 min.					11:30 new Neo Stretch 45 min.	11:30 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.	18:00 new 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.	19:00 new Neo Cross Training 45 min.		
19:45	new Neo Caf 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 20:45 Neo Caf 45 min.	20:30 new Neo Stretch 45 min.	20:30 Body Pump 45 min.	20:30 new Neo Stretch 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.**