

PLANNING DES GROUP TRAININGS (Cours collectifs avec Coach) Du 06 Janvier 2020 au 03 Janvier 2021

CLUB NEONESS MADELEINE



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jedi	Vendredi	Samedi	Dimanche
08:15				new Neo Yoga 30 min.			
09:00	new Neo Pilates 45 min.			Body Pump 45 min.			
10:00	Body Sculpt 45 min.					new 10:00 Neo Yoga 45 min.	10:00 Body Sculpt 45 min.
12:15	Body Pump 45 min.	12:15 Body Combat 45 min.	12:15 new Neo Pilates 45 min.	12:15 Body Attack 45 min.	12:15 new Neo Yoga 45 min.	12:00 Body Attack 45 min.	12:00 new Neo Stretch 30 min.
13:15	new Neo Stretch 30 min.	13:15 new Neo Caf 30 min.	13:15 new Neo Hiit 30 min.	13:15 Body Sculpt 30 min.	13:15 new Neo Caf 30 min.		
15:00	new Neo Hiit 45 min.		15:00 new Neo Cross Training 45 min.			14:00 new Neo Caf 45 min.	
16:00	new Neo Caf 45 min.		16:00 new Neo Hiit 45 min.			15:00 Body Combat 45 min.	
18:00	Body Attack 45 min.	18:00 new Neo Pilates 45 min.	18:00 new Neo Caf 30 min.	18:00 new Neo Hiit 30 min.	18:00 new Neo Cross Training 45 min.		
19:00	Body Sculpt 45 min.	19:00 Zumba 45 min.	18:45 Body Combat 45 min.	18:45 Body Pump 45 min.	19:00 new Neo Hiit 45 min.		
20:00	Body Combat 45 min.	20:00 new Neo Cross Training 45 min.	19:45 Zumba 45 min.	19:45 Body Attack 45 min.	20:00 new Neo Yoga 60 min.		
21:00	new Neo Yoga 45 min.	21:00 new Neo Hiit 30 min.	20:45 Body Sculpt 30 min.	20:45 new Neo Stretch 30 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.**