

PLANNING DES GROUP TRAININGS (Cours collectifs avec Coach) Du 29 Aout 2022 au 01 Janvier 2023
CLUB NEONESS MADELEINE



| | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi | Samedi | Dimanche |
|-------|--------------------------------------|--------------------------------------|--|-------------------------------|--------------------------------------|--|-------------------------------------|
| | | | | | | 10:00 Neo Yoga 45 min. | 10:00 Body Sculpt 45 min. |
| | | | | | | 11:00 Neo Cross Training 45 min. | 11:00 Neo Hiit 45 min. |
| 12:15 | Body Sculpt 45 min. | Body Combat 45 min. | Neo Pilates 45 min. | Body Attack 45 min. | Neo Cross Training 45 min. | Body Attack 45 min. | Neo Stretch 30 min. |
| 13:15 | Neo Stretch 30 min. | Neo Caf 30 min. | Neo Hiit 30 min. | Body Sculpt 30 min. | Neo Pilates 30 min. | | |
| | | | 15:00 Neo Cross Training 45 min. | | | | |
| | | | 16:00 Neo Hiit 45 min. | | | | |
| 18:00 | Neo Cross Training 45 min. | Neo Pilates 45 min. | Neo Caf 30 min. | Neo Hiit 30 min. | Body Sculpt 45 min. | | |
| 19:00 | Body Sculpt 45 min. | Zumba 45 min. | Body Combat 45 min. | Body Pump 45 min. | Body Attack 45 min. | | |
| 20:00 | Body Combat 45 min. | Neo Cross Training 45 min. | Zumba 45 min. | Body Attack 45 min. | Neo Pilates 45 min. | | |
| 21:00 | Neo Yoga 45 min. | Neo Stretch 30 min. | Body Sculpt 30 min. | Neo Caf 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.**