

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



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
09:30 Neo Caf 45 min. 10:15 Neo Hiit 45 min. 12:15 Neo Caf 30 min. 12:45 Body Attack 45 min. 18:00 Neo Yoga 45 min. 18:45 Body Pump 45 min. 19:30 Body Combat 45 min. 20:15 Neo Cross Training 45 min.	09:30 Neo Yoga 45 min. 10:15 Neo Caf 45 min. 12:15 Zumba 45 min. 13:00 Neo Caf 30 min. 18:00 Neo Boxe&rope 30 min. 18:30 Body Pump 45 min. 19:15 Body Attack 45 min. 20:00 Neo Caf 45 min. 20:45 Neo Stretch 30 min.	09:30 Neo Boxe&rope 45 min. 10:15 Body Pump 45 min. 12:15 Neo Hiit 30 min. 12:45 Neo Pilates 45 min. 18:00 Neo Pilates 45 min. 18:45 Body Combat 45 min. 19:30 Body Sculpt 45 min. 20:15 Neo Hiit 45 min.	09:30 Body Sculpt 45 min. 10:15 Zumba 45 min. 12:15 Neo Yoga 30 min. 12:45 Body Combat 45 min. 18:00 Body Pump 45 min. 18:45 Neo Caf 45 min. 19:30 Afro Dance 45 min. 20:15 Neo Yoga 45 min.	09:30 Neo Cross Training 45 min. 10:15 Neo Pilates 45 min. 12:15 Body Pump 45 min. 13:00 Neo Boxe&rope 30 min. 18:00 Neo Hiit 45 min. 18:45 Neo Stretch 30 min. 19:15 Neo Caf 45 min. 20:00 Body Attack 45 min.	10:00 Body Pump 60 min. 11:00 Body Combat 60 min. 12:00 Neo Stretch 30 min.	10:00 Neo Pilates 45 min. 10:45 Body Sculpt 45 min. 11:30 Neo Hiit 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.**