

# PLANNING DES GROUP TRAININGS (Cours collectifs avec Coach) Du 15 Juin 2020 au 02 Aout 2020

CLUB NEONESS COLOMBES Lundi au vendredi : 7h-22h / Samedi : 9h-19h / Dimanche : 9h-17h



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jedi	Vendredi	Samedi	Dimanche
09:30	Body Sculpt 45 min.	<b>new</b> Neo Pilates 45 min.	<b>new</b> Neo Hiit 45 min.	09:30 Zumba 45 min.			
10:15	Zumba 45 min.	<b>new</b> Neo Caf 45 min.	<b>new</b> Neo Yoga 45 min.	<b>new</b> Neo Pilates 45 min.		10:00 Body Pump 45 min.	
12:15	Step 45 min.		12:15 Body Pump 45 min.		12:15 Neo Cross Training 30 min.	10:45 <b>new</b> Neo Hiit 45 min.	
13:00	<b>new</b> Neo Stretch 45 min.		<b>new</b> Neo Stretch 45 min.		12:45 Body Attack 45 min.	11:30 <b>new</b> Neo Caf 30 min.	
						12:00 <b>new</b> Neo Yoga 45 min.	
18:15	<b>new</b> Neo Hiit 45 min.	18:15 Body Attack 45 min.	18:15 Body Sculpt 45 min.	<b>new</b> Neo Hiit 45 min.	<b>new</b> Neo Caf 45 min.		
19:00	<b>new</b> Neo Yoga 45 min.	19:00 Body Pump 45 min.	19:00 Zumba 45 min.	<b>new</b> Neo Caf 45 min.	<b>new</b> Afro Dance 45 min.		
19:45	Body Pump 45 min.	19:45 Zumba 45 min.	19:45 <b>new</b> Neo Hiit 30 min.	19:45 <b>new</b> Neo Stretch 45 min.	19:45 <b>new</b> Neo Cross Training 45 min.		
20:30	<b>new</b> Neo Pilates 45 min.	<b>new</b> Neo Caf 45 min.	20:15 <b>new</b> Neo Cross Training 30 min.				
		20:45 <b>new</b> Neo Pilates 30 min.	20:45 <b>new</b> Neo Pilates 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.**