

HEURE & LIEU

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENREDI

DIMANCHE

10H15

RENFO
OU BODY FIGHT



11H00

POUND Ⓢ
OU 100 % ABDOS



12H30

18H15

18H30

RENFO OU
H.I.I.T.



CARDIO
SCULPT'



POUND Ⓢ
OU C.A.F.



BODY
FIGHT



PILATES



19H00

19H15

STRONG
NATION™



LÉGENDE :



INTENSITÉ



DURÉE (MIN)