



FORMULE SPORT

FITNESS HORAIRES ÉTÉ DE DU LUNDI AU VENDREDI 9H 21H SAMEDI 9H 16H DIMANCHE FERME

PLANNING ÉTÉ 10 JUIN 2024

COURS	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	SERVIETTE OBLIGATOIRE
10H	ZUMBA	AF STRETCH	AFTC	BODY BARRE		NATHALIE
11H00						GREG
12H30	BIKE	CIRCUIT TRAINNING	BIKE	BODY BARRE	BIKE	REMI
						SANDRA
18H00	AFTC	CIRCUIT TRAINNING	BODY BARRE	STRONG NATION	AFTC	PROF POLYVALENT
19H00	BIKE	ZUMBA	STEP	HULA HOOPS	BIKE	FABRE NATHALIE



AQUA	Lundi	Mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi
9H00						
10H00	AQUA FITNESS	AQUA GYM	AQUA BIKE	AQUA FITNESS	AQUA GYM	
11H00	AQUA BIKE				AQUA BIKE	
12H30	AQUA CELLULITE	AQUA BIKE	AQUA MINCEUR	AQUA BIKE	AQUA FITNESS	
17H30	AQUA FITNESS	AQUA BIKE	AQUA BOXE	AQUA MINCEUR		
18H30	AQUA BIKE			AQUA BIKE		



RESERVATION SEULEMENT POUR AQUABIKE

SLIP/ BOXER DE BAIN OBLIGATOIRE - MAILLOT SHORT /CALECONS INTERDITS !!!!

PAS DE SEANCES DECOUVERTE L'ÉTÉ

CARTES DE 10/30/60 SEANCES VALABLES 1 AN ET NOMINATIVES