

Zone cours collectifs à partir du 26 Août

| Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi | Samedi |
|-------------------------------|----------------------------|------------------------------|---------------------------------|----------------------------------|-----------------------------|
| 9h30 60' Pilates Ball | 9h00 60' Handi Fit * | | | 9h15 3h Handi Fit* | 9h15 60' Pilates |
| 10h30 30' Cardio-re nfo | 10h 45' Body stretch | | 10h30 60' Bungy Pump * | | 10h30 60' Bungy Pump* |
| 12h15 45' C.A.F | 12h15 45' HIIT | | 12h15 45' Body stretch | 12h15 45' Circuit training | |
| | 14h00 60' Séniors* | | | | |
| 18h15 30' Jumping | 18h15 30' HIIT | 18h15 45' Gym douce | 18h15 45' C.A.F | 18h15 30' STEP 1 | |
| 18h30 60' Pilyoga* | 18h45 45' STEP 2/3 | 19h 30' Cardio-re nfo | 18h15 60' Pilates Fascia* | 18h45 45' Body Barre | |
| 18h45 45' Strong | 19h30 45' Zumba | 19h30 30' Body stretch | 19h00 45' Bike | | |
| 19h30 45' Body barre | | | 19h00 45' Jumping | | |
| 19h30 45' Bike | | | 19h45 30' Zumba | | |

Cours à partir de 3 pers / inscription sur RESAMANIA V2

Linesport.fr

* En sus de l'abonnement