

Cours en Team Training

LUNDI

9h30 60'
Postural ball

18h30 60'
Pilyoga

MARDI

14h00 60'
Seniors

19h15 60'
FitBoxing
Adulte

20h15 60'
Self défense

MERCREDI

19h15 60'
Cross-training

JEUDI

10h 60'
Bungy Pump

17h 60'
HANDI-FIT

18h15 60'
Pilates Fascia

19h45 60'
TRX/External

VENDREDI

10h00 60'
HANDI-FIT

SAMEDI

9h15 60'
Fit Boxing
Adulte

10H 60'
Bungy Pump



Cours sur rendez-vous uniquement et à partir de 3 personnes