

COURS EN GROUPE AVEC COACH

EXCLUSIF AUX MEMBRES EXTRA

Saint-Denis

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE

LesMills BODYPUMP HEAVY
12:15-13:15 Laurent

LesMills STRENGTH
12:15-13:05 Laurent

LesMills BODYPUMP
12:15-13:15 Laurent

ZUMBA
8:30-9:30 Marie

ZUMBA
9:00-10:00 Katrina

LesMills BODYPUMP
9:30 - 10:30 Sophie P.

LesMills BODYPUMP
10:00 - 11:00 Valérie Ma

LesMills CORE
10:35 - 11:10 Sophie P.

LesMills PILATES
11:00-11:45 Valérie Ma

LesMills BODYCOMBAT
11:10 - 12:00 Sophie P.

LesMills YOGA Vinyasa
11:45-12:30 Valérie Ma

LesMills STRENGTH
12:00-12:50 Sophie P.

LesMills YOGA Hatha
16:45-17:30 Richard

LesMills BODYATTACK
16:30-17:00 Sophie P.

LesMills BODYATTACK
16:30-17:00 Richard

LesMills BODYSTEP
17:30 -18:15 Richard

LesMills BODYPUMP
17:00 -18:00 Sophie P.

LesMills PILATES
17:25-18:10 Sophie B

LesMills CORE
17:00-17:35 Richard

LesMills BODYPUMP
18:15 -19:05 Richard

LesMills CORE
18:00 -18:35 Sophie P.

LesMills TONE
18:10-19:00 Sophie B.

LesMills BODYCOMBAT
17:35 - 18:25 Valérie Ma

LesMills BODYSTEP
17:30-18:15 Richard

LesMills CORE
19:05-19:40 Marie

LesMills BODYCOMBAT
18:35 -19:25 Sophie P.

LesMills CORE
19:00-19:35 Marie

LesMills BODYPUMP
18:25- 19:25 Valérie Ma

LesMills PILATES
18:15-18:45 Richard

ZUMBA
19:40-20:40 Marie

LesMills STRENGTH
19:25-20:10 Sophie P.

ZUMBA
19:35-20:35 Marie

ZUMBA
19:30-20:30 Valérie

LesMills BODYATTACK
18:45-19:45 Alae
à partir du 2 octobre

ZUMBA
20:20-21:20 Valérie Me.

À COMPTER
DU 14
SEPTEMBRE

MISE EN FORME
Econofitness