

COURS EN GROUPE AVEC COACH

EXCLUSIF AUX MEMBRES EXTRA

Terrebonne

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE

LesMills BODYPUMP
9:00 - 10:00 Samantha

TOTALFIT
9:00-10:00 Sandra

LesMills BODYPUMP
9:00 - 10:00 Samantha

TOTALFIT
9:00-10:00 Sandra

LesMills BODYPUMP
8:00 - 9:00 Marie

LesMills BODYCOMBAT
8:45 - 9:20 Magali

LesMills BODYPUMP
9:20 - 10:20 Noémie

POWER CARDIO
9:30-10:00 Josiane

MUSCLES
10:00-10:30 Josiane

ZENYOGA
10:30-11:30 Saida

LesMills BODYPUMP
12:00-13:00 Noémie

LesMills BODYPUMP
17:00-18:00 Noémie

LesMills BODYCOMBAT
18:00-18:35 Josiane

POWER CARDIO
17:30-18:00 Josiane

ENTRAINEMENT COACHÉ
17:30-18:30 Noémie

MUSCLES
18:00-18:30 Josiane

ZUMBA
19:35-20:35 Cindy

ZENYOGA
19h35-20:35 Saida

LesMills BODYPUMP
19:05-20:05 Élyssa

Semaine du
4 août

MISE EN FORME
Éconofitness