

LUNDI 9h30-10h30 GYM TRAD	MARDI 9h15-9h45 ABDOS/FESSIERS	MERCREDI 9h15-9h45 CARDIO STEP	JEUDI 9h15-10h HI LOW	VENDREDI 9h15-9h45 AERO GYM	SAMEDI 10h-10h30 ABDOS/FESSIERS
10h30-11h30 Stretching postural	9h45-10h30 PUMP	9h45-10h30 GYM TRAD 10h30 PILATES COACHING*	10h-10h30 ABDOS/FESSIERS 10h30-11h30 Stretching postural	9h45-10h45 GYM TRAD 10h45-11h15 Stretching	10h30-11h15 BIKE
12h15 ABDOS 12h30-13h15 HI LOW 13h15 FESSIERS	12h30-13h30 GYM TRAD	12h30-13h30 STRETCH&SCULPT	12h15 FESSIERS 12h30-13h15 STEP 13h15 ABDOS	12h30-13h15 PUMP 13h15 ABDOS	DIMANCHE 10h - 11h AERO /STEP/GYM
14h 30-15h30 GYM TRAD	14h 30-15h30 CIRCUIT TRAINING	PLATEAU MUSCULATION	14h30-15h30 PUMP	14h30-15h30 STRETCH&SCULPT	TARIFS : 35 € DOSSIER ANNEE 29,16€/mois* 350 € SEMESTRE 220 € TRIMESTRE 130 € MOIS 49 € COUPLE 330 € ETUDIANT 325 € 18/20 ANS 310 € Carnet 10 séances 80 € (+1 offerte) STRETCHING P 160 € 15/16 ANS 260 € PILATES * * Demander les tarifs
17h15-17h45 POWER STEP	17h15-17h30 ABDOS	17h15-17h45 BIKE	17h15-17h45 POWER PLUS	17h30-17h45 ABDOS	
17h45-18h ABDOS	17h30-18h15 GYM TRAD	17h45-18h30 ABDOS/FESSIERS ADDUCTEURS	17h45-18h30 PUMP	17h45-18h15 AERO GYM	
18h-18h45 GYM TRAD	18h15-19h STEP CARDIO	18h30-19h AERO GYM	18h30-19h15 HI LOW	18h15-19h TAILLE/FESSIERS ADDUCTEURS	
18h45-19h30 LIA	19 h-19h45 BODY SCULPT	19h-19h45 STEP	19h15-19h45 ABDOS-FESSIERS	19h-19h45 STEP	
19h30 -20h TAILLE/FESSIERS 20h-20h30 STRETCHING	19h45-20h25 BIKE	19h45-20h15 STRETCHING	19h45-20h20 BIKE	19h45-20h25 PILATES	

Le mois* à seulement **29,16 € !!!**

*Pour un engagement Annuel soit 350 € l'Année / paiement 6 X sans frais