

PLANNING COURS COLLECTIFS



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	
09h00	<i>Pilates</i>	<i>Cross Training</i>	LES MILLS BODYPUMP			
10h00			LES MILLS BODYBALANCE	C.A.F cuisses abdos fessiers	LES MILLS BODYPUMP	SAMEDI 10h00 Cours aléatoire
- -						
12h15	<i>Pound</i>	<i>Total Abdos</i>	<i>Cross Training</i>		<i>Cycling</i>	DIMANCHE 09h30
14h00		<i>Gym Douce</i>		<i>Gym Douce</i>		<i>Cycling</i>
15h00			Energy Kids 5ans - 11ans			18h00 <i>Lady'Style</i>
17h00	LES MILLS BODYBALANCE	<i>Energy' Dance</i>		<i>Pilates</i>		NEW
17H15			<i>Total Abdos</i>			
18h00	LES MILLS BODYPUMP	C.A.F cuisses abdos fessiers	<i>Cross Training</i>	C.A.F cuisses abdos fessiers	LES MILLS BODYCOMBAT	NEW
18h15	<i>Cycling</i>		<i>Cycling</i>			
19h00	<i>Cross Training</i>	LES MILLS BODYATTACK	LES MILLS BODYPUMP	<i>Yoga</i>		
19h15		<i>Cycling</i>		<i>Cycling</i>		

Planning jusqu'au 31.05.26 / le cours a lieu dès 3 participants.

Energy Zone se réserve le droit de modifier à tout moment le planning. Durée du cours 45' - Total abdos 30'

Le cours aléatoire du samedi matin est à découvrir sur votre application mobile.

Réservation obligatoire via l'application.

www.energy-zone.ch