

PLANNING COURS COLLECTIFS ÉTÉ

PLANNING RÉDUIT DU 08 JUILLET AU 21 JUILLET

PAS DE COURS DU 22 JUILLET AU 11 AOÛT

PLANNING RÉDUIT DU 12 AOÛT AU 18 AOÛT



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI 10h00
09h00						
10h00	Pilates	Cross training		C.A.F cuisses abdos fessiers		
- -						DIMANCHE 09h30
12h15	Cross training	Total abdos				Cycling
14h00		Gym douce				
17h00						
18h00		C.A.F cuisses abdos fessiers	LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS BODYCOMBAT		
18h15	Cycling					
19h00	Cross training					
19h15		Cycling				

Planning du 08 juillet au 18 août **PAS DE COURS DU 22 JUILLET AU 11 AOÛT** / 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