

Planning des cours
Gym' Colline de Pessicart

| lundi | mardi | mercredi | jeudi |
|--|--------------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------------|
| | | | |
| 9h30-11h00 Gym Oxygène (en extérieur) | | 9h00-10h00 PILATES (Gym douce) | |
| | | 10h00-11h00 RELAX (Gym douce) | |
| | | | |
| | 16h45-17h45 Récréa Gym' (6-7 ans) | | 16h45-17h45 Récréa Gym' (8-10 ans) |
| | | | |
| | 18h00-19h00 Body Gym / Zumba | 18h00-19h00 CARDIO SCUPT | 18h00-19h00 Body sculpt |
| | | | |
| 19h00-20h00 Postural training | 19h00-20h00 Zumba / Body Gym | 19h00-20h00 GLOBAL TRAINING | 19h00-20h00 Stretching/Pilates |

 ALEXANDRE

 ANTHONY

 MARIE-LAURE


 ANTHONY

 NATHALIE

 CHERIF

 MARIE-LAURE

 ERIC

 KARINE

> PAS DE COURS PENDANT LES VACANCES SCOLAIRES ET LES JOURS FERIES