



LUNDI

HIIT
12H30-13H00

CAF
13H00-13H30

YOGA
19H-20H

HIIT
20H-21H

MARDI

CROSS TRAINING
12H30-13H00

ABDOS FLASH
13H00-13H30

BOXE
19H-20H

CROSS TRAINING
19H 20H

BOXE
20H-21H

MERCREDI

BOXE
12H30-13H30

YOGA
19H-20H

HIIT
20H-21H

BOXE
20H-21H

JEUDI

HIIT
12H30-13H00

CAF
13H00-13H30

BOXE
19H-20H

CROSS TRAINING
19H 20H

BOXE
20H-21H

VENREDI

CROSS TRAINING
12H30-13H00

ABDOS FLASH
13H00-13H30

HIIT
19H-20H

Stretching
20H00-20H30

SAMEDI

HIIT
11H-12H

Stretching
12H00-12H30