



Lundi

HIIT

12h30 - 13h00

ABDO FLASH

13h00 - 13h30

CROSS TRAINING

19h00 - 20h00

CROSS TRAINING

20h00 - 21h00

Mardi

CROSS TRAINING

12h30 - 13h00

CROSS TRAINING

13h00 - 13h30

BOXE

19h - 20h  
20h - 21h

Bootcamp

19h - 20h  
20h - 21h

Mercredi

BOXE

12h30 - 13h30

HIIT

19h00 - 19h45

BOXE

20h - 21h

Jeudi

HIIT

12h30 - 13h00

ABDO FLASH

13h00 - 13h30

BOXE

19h - 20h  
20h - 21h

Bootcamp

19h - 20h  
20h - 21h

Vendredi

CROSS TRAINING

12h30 - 13h00

CROSS TRAINING

13h00 - 13h30