

# C W H I T E

Chers membres,  
Pour le confort de tous, merci d'informer l'accueil de votre réservation au cours souhaité.

2019

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
10H30	—	ABDOS STRETCHING (1h)	—	PILATES (1h)	—
12H30	—	—	BOXE (1h)	—	—
17H30	MUSCLES WORKOUT (45')	—	TRX (45')	—	—
18H30	BOXE (1h)	ABDOS STRETCHING (1h)	ABDOS STRETCHING (1h)	TRX (1h')	PILATES (1h)
19H30	TRX (1h')	MUSCLES WORKOUT (45')	RUNNING OUTDOOR (1h)	BOXE (45')	RUNNING OUTDOOR (1h)
20H15	STRETCHING (45')	BOXE (45')	—	ABDOS STRETCHING (45')	—
20H30	—	—	STRETCHING (30')	—	STRETCHING (30')