

C W H I T E

Chers membres, pour le confort de tous, merci d'informer l'accueil de votre réservation au cours souhaité.
*MW = Muscles Workout

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIM.
07H30	PILATES (1h)	YOGA VINYASA (1h)	PILATES (1h)	MW* (1h)	TRX (1h)	—	—
08H30	—	—	MW* (45')	BOXE (1h)	MW* (1h)	—	—
09H30	TRX (45')	YOGA VINYASA (1h)	—	—	—	—	—
10H30	—	—	—	—	—	PILATES (1h)	MW* (1h)
11H30	—	—	—	—	—	HIIT (45')	BOXE (1h)
12H00	HIIT (45')	MW* (45')	BOXE (45')	HIIT (45')	—	—	—
16H30	—	—	—	—	—	—	MW* (1h)
17H30	MW* (1h)	TRX (1h)	HIIT & MW* (1h)	MW* (1h)	TRX (1h)	BOXE (1h)	PILATES (1h)
18H30	YOGA VINYASA (1h)	BOXE (1h)	—	YOGA VINYASA (1h)	—	MW* (1h)	—
19H30	BOXE (1h)	HIIT & MW* (1h)	MW* (1h)	BOXE (1h)	PILATES (1h)	—	—
20H30	YOGA VINYASA (1h)	MW* (1h)	TRX (1h)	YOGA VINYASA (1h)	BOXE (1h)	—	—