

PLANNING COURS COLLECTIFS

MIS À JOUR le 06/05/2025

LUNDI

10H - 12H ACCÈS LIBRE
12H30 - 13H15 SRX ABDOS MAXIME
13H15 - 18H ACCÈS LIBRE
18H15 - 19H CARDIO PAR MINUTE MAXIME
19H - 20H BOOTCAMP ANISSA 🌶️
20H - 21H FLOW FIGHT - MMA LOVHIN

MARDI

10H - 12H ACCÈS LIBRE
12H30 - 13H15 CARDIO BOXE CENZO
13H15 - 18H ACCÈS LIBRE
18H15 - 19H15 FLOW YOGA ASHLEY
18H15 - 19H CIRCUIT TRAINING TONY
19H15 - 20H00 HYBRIDE TRAINING ANISSA
19H15 - 20H REGGAETON ASHLEY
20H - 21H BOXE THAÏ ANISSA

MERCREDI

10H - 12H ACCÈS LIBRE
12H15 - 13H15 FLOW YOGA ASHLEY
13H15 - 18H ACCÈS LIBRE
17H30 - 18H15 STRETCHING ASHLEY
18H15 - 19H CIRCUIT TRAINING DAVID
19H15 - 20H15 BOOTCAMP ANISSA 🌶️
20H - 21H15 BOXE ANGLAISE ALEX
20H - 21H GRAPPLING LOVHIN

JEUDI

10H - 12H ACCÈS LIBRE
12H30 - 13H15 FULL BODY GAELLE
13H15 - 18H ACCÈS LIBRE
18H30 - 19H15 BOOTY SCULPT TONY 🍑
19H15 - 20H REGGAETON ASHLEY

VENDREDI

10H - 12H ACCÈS LIBRE
12H30 - 13H15 SRX CARDIO MATHÉO
13H15 - 18H ACCÈS LIBRE
18H15 - 19H HALTHEROPHILIE CENZO
19H - 19H45 CARDIO BOXE CENZO
20H - 21H BOXE ANGLAISE ALEX

SAMEDI

10H30 - 11H30 TEAM BOOTCAMP MATHEO & DAVID 👤👤🌶️
11H30 - 12H30 CAF MATHEO
12H30 - 14H CALLISTHENIE MATHEO ou DAVID
14H - 15H BOXING KID FRANCK

Summer
EDITION
ONE COACH