

# COURS COLLECTIFS

STUDIOS FITNESS & VÉLOS

SAINT-POURÇAIN

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
	9 <sup>H</sup> 30 - 10 <sup>H</sup> 15 <b>TEAM PILATES</b>	10 <sup>H</sup> 00 - 10 <sup>H</sup> 45 <b>TEAM TRAINING</b>		9 <sup>H</sup> 30 - 10 <sup>H</sup> 15 <b>GYM POSTURALE</b>	
					11 <sup>H</sup> 00 - 11 <sup>H</sup> 45 <b>TEAM TRAINING</b>
12 <sup>H</sup> 30 - 13 <sup>H</sup> 15 <b>LES MILLS RPM</b>	12 <sup>H</sup> 30 - 13 <sup>H</sup> 15 <b>LES MILLS BODYPUMP</b>	12 <sup>H</sup> 30 - 13 <sup>H</sup> 15 <b>TEAM TRAINING</b>		12 <sup>H</sup> 30 - 13 <sup>H</sup> 15 <b>LES MILLS BODYBALANCE</b>	
17 <sup>H</sup> 45 - 18 <sup>H</sup> 30 <b>TEAM TRAINING</b>	17 <sup>H</sup> 45 - 18 <sup>H</sup> 30 <b>LES MILLS RPM</b>	18 <sup>H</sup> 00 - 18 <sup>H</sup> 45 <b>LES MILLS BODYPUMP</b>	17 <sup>H</sup> 45 - 18 <sup>H</sup> 30 <b>AFC</b>	17 <sup>H</sup> 45 - 18 <sup>H</sup> 30 <b>TEAM TRAINING</b>	
18 <sup>H</sup> 30 - 19 <sup>H</sup> 15 <b>LES MILLS BODYPUMP</b>	18 <sup>H</sup> 30 - 19 <sup>H</sup> 15 <b>LES MILLS BODYATTACK</b>	18 <sup>H</sup> 45 - 19 <sup>H</sup> 30 <b>LIA</b>	18 <sup>H</sup> 30 - 19 <sup>H</sup> 15 <b>STEP</b>	18 <sup>H</sup> 30 - 19 <sup>H</sup> 15 <b>LES MILLS RPM</b>	
19 <sup>H</sup> 15 - 20 <sup>H</sup> 00 <b>LES MILLS BODYCOMBAT</b>	19 <sup>H</sup> 15 - 19 <sup>H</sup> 45 <b>ABDOS FLASH</b>	19 <sup>H</sup> 30 - 20 <sup>H</sup> 15 <b>LES MILLS BODYBALANCE</b>	19 <sup>H</sup> 15 - 20 <sup>H</sup> 00 <b>TEAM PILATES</b>	19 <sup>H</sup> 15 - 20 <sup>H</sup> 00 <b>STRETCH</b>	

Attention, vos séances de Team Training et de RPM sont sur inscription : nombre de places limité.