

Bilan coach : sur rendez-vous

PLANNING SEMAINE IMPAIRE

Personnal training : sur inscription

voir à l'accueil



Ouvert
7 jours
sur 7
De 9h00
à
21h00

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
					8h00 - 9h00 PETIT DEJEUNER	RESERVATION CE EVENEMENTS COMPETITIONS
9h30 - 10h00 CROSS ABDO	9h30 - 10h00 CROSS FESSIER CUISSÉ	9h30 - 10h00 CROSS CARDIO	9h00 - 9h45 BOXE ANGLAISE	9h00 - 9h45 CROSS PUMP	9h15 - 10h15 CROSS BOXING	
10h15 - 11h00 BOXE ANGLAISE	10h15 - 11h00 CROSS PUMP	10h15 - 10h45 CROSS KETTLEBEL	10h00 - 10h45 CROSS STEP	10h00 - 10h45 CROSS ABDO	10h15 - 11h15 CROSS BOXE	
		11h00 - 11h30 STRETCHING	10h45 - 11h00 STRETCHING	10h45 - 11h00 STRETCHING	11h15 - 11h45 RENFORCEMENT	
12h30 - 13h15 CROSS TRAINING	12h30 - 13h00 CROSS STEP	12h30 - 13h15 CROSS PUMP	12h30 - 13h15 CROSS TRAINING	12h30 - 13h00 CROSS BOXE	RESERVATION CE EVENEMENTS COMPETITIONS	
13h15 - 13h45 CROSS ABDO	13h00 - 13h45 CROSS FESSIER CUISSÉ	13h15 - 13h45 CROSS ABDO	13h15 - 13h45 CROSS BOXING	13h15 - 13h45 CROSS CARDIO		
14h30 - 15h15 CROSS FESSIER CUISSÉ	14h00 - 14h30 CROSS TRAINING	14h00 - 14h30 EVEIL CROSS KIDS	14h00 - 14h30 CROSS ABDO	14h00 - 14h45 CROSS FESSIER CUISSÉ		
15h30 - 16h00 STRETCHING	14h45 - 15h15 CROSS ABDO	14h45 - 15h15 EVEIL BOXE	14h45 - 15h30 CROSS BOXING	15h00 - 16h00 CROSS TRAINING		
	15h30 - 16h00 CROSS BOXE	15h30 - 16h00 CROSS KIDS	15h30 - 16h00 CROSS TRAINING	16h15 - 16h45 STRETCHING		
	17h00 - 17h30 CROSS TRAINING	16h15-17h00 BOXE EDUCATIVE				
18h00 - 18h45 CROSS PUMP	18h30 - 19h00 CROSS STEP	18h30 - 19h15 CROSS PUMP	18h00 - 18h45 DANSE TAHITIENNE JUNIOR	18h00 - 19h00 BOXE EDUCATIVE		
19h00 - 20h30 BOXE ANGLAISE	19h00 - 19h30 CROSS ABDO	19h30 - 20h30 CROSS BOXE	19h00 - 19h45 CROSS BOXE	19h00 - 19h30 CROSS PUMP		
	19h30 - 20h15 CROSS TRAINING		20h00 - 20h45 BOXE ANGLAISE	19h45 - 20h15 CROSS FESSIER CUISSÉ		