

PLANNING

Du 27/6 au 30/07/2022

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
10h00 - 30' ABDOS FESSIERS	10h00 - 30' yako intégral	LIBRE ACCÈS	10h00 - 30' yako intégral	LIBRE ACCÈS	10h00 - 30' yako training
10h30 - 30' GYM DOUCE	10h30 - 30' yako biking	LIBRE ACCÈS	10h30 - 45' yako attitude	LIBRE ACCÈS	10h30 - 45' yako pump
11h00 - 30' yako détente	11h00 - 30' yako détente	LIBRE ACCÈS	COACHING CARDIO MUSCU	LIBRE ACCÈS	11h15 - 15' Abdos Flash
11h30 - 30' yako biking	12h30 - 30' yako training	LIBRE ACCÈS	12h30 - 30' yako training	LIBRE ACCÈS	
LIBRE ACCÈS	LIBRE ACCÈS	LIBRE ACCÈS	LIBRE ACCÈS	14h30 - 30' yako intégral	
LIBRE ACCÈS	LIBRE ACCÈS	LIBRE ACCÈS	LIBRE ACCÈS	15h00 - 30' ABDOS FESSIERS	
17h30 - 45' yako pump	17h30 - 30' yako biking	COACHING CARDIO MUSCU	17h30 - 30' yako biking	17h30 - 30' yako training	
18h15 - 30' yako biking	18h00 - 30' yako intégral	18h00 - 30' ABDOS FESSIERS	18h00 - 45' yako pump	yako biking	
18h45 - 45' STEP	18h30 - 45' yako baïla	18h30 - 45' yako biking	18h45 - 45' yako attitude	COACHING CARDIO MUSCU	
COACHING CARDIO MUSCU	COACHING CARDIO MUSCU	COACHING CARDIO MUSCU	COACHING CARDIO MUSCU	LIBRE ACCÈS	
LIBRE ACCÈS	LIBRE ACCÈS	LIBRE ACCÈS	LIBRE ACCÈS	LIBRE ACCÈS	

Horaires

Lundi / mardi / Jeudi : 9h30 à 13h30 et 17h à 20h

Mercredi : 17h à 20h

Vendredi : 12h à 19h

Samedi : 9h30 à 12h LIBRE ACCES 6h/23h 7j/7 pour ceux qui ont l'option