PLANNING DE COURS COLLECTIFS

MOLSHEIM : *été 2019*

lundi

- 9h30 – 10h30 : LesMills BODYPUMP
- 12h30 – 13h15 : LesMills RPM
- 13h15 – 13h30 : fit' cross training
- 17h15 – 18h00 : LesMills RPM
- 18h00 – 18h45 : fit' caf
- 18h45 – 19h30 : LesMills BODYATTACK

mardi

- 9h30 – 10h30 : Pilates
- 12h30 – 13h15 : fit' intégral
- 17h00 – 18h00 : fit' cross training
- 18h00 – 19h00 : LesMills RPM
- 19h00 – 20h00 : LesMills BODYPUMP

mercredi

- 17h00 – 18h00 : fit' cross training
- 18h00 – 19h00 : LesMills BODYPUMP
- 19h00 – 19h30 : LesMills BODYATTACK

jeudi

- 9h30 – 10h30 : fit' cross training
- 12h30 – 13h15 : LesMills BODYATTACK
- 17h15 – 18h00 : fit' intégral
- 18h00 – 19h00 : fit' cross training
- 19h00 – 20h00 : LesMills RPM

vendredi

- 9h30 – 10h15 : fit' caf
- 12h30 – 13h15 : total workout
- 17h15 – 18h00 : LesMills RPM
- 18h00 – 19h00 : fit' cross training

samedi

- 9h30 – 10h15 : LesMills BODYPUMP
- 10h30 – 11h30 : LesMills RPM