

PLANNING

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
9H00 - 10H00 BODY BARRE 🔥🔥🔥	18H00 - 18H30 FLOW WORKOUT 🔥🔥🔥	17H30 - 18H15 BODY BARRE 🔥🔥🔥	9H00 - 9H30 TRAMPOLINE 🔥🔥🔥
10H00 - 10H30 ABDOS 🔥🔥🔥	18H30 - 19H30 CROSS TRAINING 🔥🔥🔥	18H15 - 19H00 CARDIO BOXE 🔥🔥🔥 <small>GANTS DE BOXE PARFOIS NÉCESSAIRES</small>	9H30 - 10H30 F.A.C. 🔥🔥🔥 <small>FESSIERS ABDOS CUISSES</small>
10H30 - 11H00 GYM POSTURALE 🔥🔥🔥		19H00 - 19H30 BIKING 🔥🔥🔥 <small>SUR RÉSERVATION</small>	10H30 - 11H00 GYM POSTURALE 🔥🔥🔥
11H00 - 12H00 COACHING D'ENTREPRISE			18H00-18H30 WAND'FIT 🔥🔥🔥 <small>COURS AVEC BAGUETTE</small>
18H30 - 19H00 BODY BARRE 🔥🔥🔥			18H30 - 19H30 CROSS TRAINING 🔥🔥🔥
19H00 - 19H30 BOOTCAMP 🔥🔥🔥 <small>CIRCUIT TRAINING</small>			
19H30 - 20H00 BIKING 🔥🔥🔥 <small>SUR RÉSERVATION</small>			

TES COACHS

- LAURENT
- ARMEL

NON-STOP COURS CO. VIRTUELS
2 STUDIOS: BIKING & ATHLETIC

soissons@fitnesspark.fr - Fitnesspark.fr



Cours annulé si moins de 4 participants

Planning non contractuel susceptible d'être modifié à tout moment, sans préavis, en fonction des impératifs des coaches et/ou du club