

COURS COLLECTIFS SPORT SANTE "OCTOBRE ROSE" À L'ETINCELLE

LUNDI

17h00 - Abdos Dos
18h00 - Fitball
19h00 - Flex & auto
massage

MARDI

9h30 - Abdos de
Gasquet
11h00 - Hatha Yoga
12h30 - Fitball

MERCREDI

10h30 - Fitball
12h30 - Bosu
17h00 - Bosu
18h00 - Cardio form'

JEUDI

10h30 - Abdos de
Gasquet
17h00 - Mal de dos

VENDREDI

9h30 - Gasquet
11h30 - Bosu
12h30 - Abdos de Gasquet
17h00 - Flex & auto
massage
18h00 - Abdos dos
19h - Stretch & relax

SAMEDI

9h00 - Bosu
10h00 - Cardio form'

DIMANCHE

17h30 - Yoga

Réservations

Pensez à réserver en
ligne 48h à l'avance

