

COURS À 10H ET 11H

SEPT.

22 Septembre :

10H : CAF
11H : Body Zen



OCT.

6 Octobre :

10H : Fitness Danse
11H : Stretching

13 Octobre :

10H : Cardio Renfo
11H : Gym posturale



NOV.

17 Novembre :

10H : Stretching
11H : Step

24 Novembre :

10H : Step
11H : Renfo doux



DEC.

1er Décembre :

10H : Fitness Danse
11H : Renfo doux

8 Décembre :

10H : Gym douce
11H : Cardio Renfo

15 Décembre :

10H : Cardio Renfo
11H : Fitness Danse



JANV

12 Janvier :

10H : Stretching
11H : Step

19 Janvier :

10H : Expression Corp.
11H : Stretching

26 Janvier :

10H : Fitness Danse
11H : Stretching



FEV.

2 Février :

10H : Fit Training
11H : Body Zen



MARS

2 Mars :

10H : Cardio Boxe
11H : Renfo doux

9 mars :

10H : Cardio Renfo
11H : Fitness Danse

16 Mars :

10H : CAF
11H : Body Zen

23 Mars :

10H : Step
11H : Stretching

30 Mars :

10H : Cardio training
11H : CAF



AVR.

27 Avril :

10H : Fit Training
11H : Gym tonic



MAI

18 Mai :

10H : Renfo dynamiq.
11H : Step latino

25 Mai

10H : CAF Body Barre
11H : Renfo Doux



JUIN

15 Juin :

10H : Cardio Renfo
11H : Stretching

29 Juin :

10H : Body-ring
11H : Stretching

