

HEURES DE COURS DU 01 AOÛT AU 04 SEPTEMBRE

LUNDI		MARDI		MERCREDI		DIMANCHE	
10H00/11H	BODY SCULPT	10H00/10H45	TRX	10H00/11H	RENFO	10H00/11H00	BODYSCULPT
11H/12H00	STRETCHING	10H45/11H45	YOGA	11H/12H	BODY BALANCE	11H00/12H00	BODY COMBAT
		11H45/12H15	YOGA YIN	12H15/13H15	PILATES	12H00/13H00	RPM
14H30/15H00	A LA DEMANDE	14H30/15H00	A LA DEMANDE	14H00/14H30	A LA DEMANDE		
16H00/16H30		16H00/16H30		16H00/16H30			
17H15/18H15	CAF	17H15/18H15	TAF	17H15/18H10	BODY BALANCE		
18H15/19H00	RPM	18H15/19H15	TRX	18H15/19H05	BODY PUMP		
19H05/20H00	STRETCHING	19H15/20H00	BODYCOMBAT	19H15/20H00	ZUMBA		
JEUDI		VENDREDI		SAMEDI			
10H/11H	BODY SCULPT	10H00/11H	RPM	10H/11H00	RPM		
11H/11H45	BODYATTACK	11H/12H	TRX	11H00/12H00	BODY COMBAT		
				12H00/13H00	BODY PUMP		
14H30/15H00	A LA DEMANDE	14H30/15H00	A LA DEMANDE		A LA DEMANDE		
16H00/16H30		16H00/16H30		16H00/16H30			
17H15/18H10	CROSS TRAINING	17H15/18H10	BODY SCULPT				
18H15/19H10	PILATES	18H15/19H00	HITT	14H00/17H00			
19H15/20H00	BODY PUMP	19H05/20H00	PILATES				

Horaires club:
lundi au vendredi 9h - 21h
samedi 9h - 18h
dimanche 9h - 13h

[fittexnogent](https://www.fittexnogent.com)



Chaussures propres et serviette
obligatoires

01 48 73 15 22

Planning non contractuel nous nous reservons le
droit à toutes modifications en cas de problèmes
technique ou de personnel