





PLANNING de SMALL GROUP TRAINING

Lundi 🕒 6h - 22h	Mardi 🕒 6h - 22h	Mercredi 🕒 6h - 22h	Jeudi 🕒 6h - 22h	Vendredi 🕒 6h - 22h	Samedi 🕒 9h - 18h	Dimanche 🕒 9h - 18h
 PILATES 11h30 - 12h30					 PILATES 10h30 - 11h30	
					 HIIT BOXING 11h30 - 12h30	
					 PILATES 12h30 - 13h30	
 FUNCTIONAL TRAINING 18h30 - 19h30	TRX 18h30 - 19h30	 PILATES 18h30 - 19h30	 FUNCTIONAL TRAINING 18h30 - 19h30	 FUNCTIONAL TRAINING 18h30 - 19h30	<p>S.G.T Faites l'expérience d'un d'entraînement aux motivations décuplées grâce à l'aide d'un coach dans un mini groupe. *sur reservation uniquement avec : </p>	
TRX 19h30 - 20h30	 FUNCTIONAL TRAINING 19h30 - 20h30		 FUNCTIONAL TRAINING 19h30 - 20h30	 FUNCTIONAL TRAINING 19h30 - 20h30		
		 HIIT BOXING 20h00 - 21h00				