

Planning ^{le} STUDIO 2024-2025

Fitness & Bodycare

Lundi

Marche nordique
08h45 - 10h45

Slow Renfo
11h - 12h

BodyArt
12h15 - 13h15

Mardi

BodyArt
18h - 19h

Pilates
19h - 20h

Zumba
20h - 21h

Mercredi

Cross Training
18h30 - 19h15

Cross Training
19h15 - 20h

Stretching
20h - 20h45

Jeudi

BodyArt
18h - 19h

Vinyasa Yoga
19h - 20h

Vendredi

Run & Cross Training
9h - 10h15

Pilates
10h15 - 11h15

Vinyasa Yoga
12h15 - 13h15

Strong Nation
18h45 - 19h45

Full Body Training
19h45 - 20h30

