

# Planning des cours

## LUNDI

séances de 50min

**BODY SCULPT**

**10H**

**PILATES & STRETCH**

**18H30**

**CROSS-TRAINING MIXTE**

**19H30**

## MERCREDI

séances de 50min

**CROSS-TRAINING RENFO**

**18H30**

**PILATES ATHLETIC**

**19H30**

## VENDREDI

séances de 30min

**HIIT**

**12H15**

**PILATES ATHLETIC EXPRESS**

**12H45**

## SAMEDI

séance de 1h15

**RUNNING SESSION**

**8H30**