

PLANNING DES COURS COLLECTIFS

valable à compter du 05 janvier 2023, planning non contractuel, pouvant être modifié à tout moment.

LUNDI

10h00 à 11h00

BODY RENFO

11h00 à 11h30

STRETCHING

17h30 à 18h15

FULL BODY

18h15 à 19h00

STEP

19h00 à 19h30

ABDOS WORK

19h30 à 20h30

ZUMBA

MARDI

10h00 à 11h00

BODYSCULPT

11h00 à 11h30

STRETCHING

17h30 à 18h30

CUISSES ABDOS FESSIERS

18h30 à 19h15

CARDIO ATTACK

19h15 à 20h00

PUMP

20h00 à 20h45

AFRO DANCE

MERCREDI

17h30 à 18h00

ABDOS FESSIERS

18h00 à 19h00

PUMP

19h00 à 20h00

CROSS TRAINING

JEUDI

18h00 à 18h45

CUISSES ABDOS FESSIERS

18h45 à 19h45

ZUMBA

19h45 à 20h30

BODYSCULPT

20h30 à 21h00

STRETCHING

VENDREDI

18h00 à 18h30

BODY COMBAT

18h30 à 19h15

ABDOS FESSIERS

19h15 à 20h00

AFRO DANCE
DEB.

Les cours collectifs sont exclusivement réservés aux membres du club Fitness Park Elbeuf.

PLANNING DES COURS COLLECTIFS

valable à compter du 1 Août 2022, planning non contractuel, pouvant être modifié à tout moment.

LUNDI

17h30 à 18h15

FULL BODY

18h15 à 19h00

CROSS TRAINING

19h00 à 19h30

ABDOS WORK

19h30 à 20h30

CARDIO ATTACK

MARDI

17h30 à 18h15

STEP DEB.

18h15 à 19h00

CARDIO ATTACK

19h00 à 19h45

PUMP

19h45 à 20h30

AFRO DANCE

MERCREDI

17h30 à 18h00

ABDOS FESSIERS

18h00 à 19h00

PUMP

19h00 à 20h00

CROSS TRAINING

JEUDI

18h00 à 18h45

CUISSES ABDOS FESSIERS

18h45 à 19h45

AFRO DANCE

19h45 à 20h30

BODYSCULPT

20h30 à 21h00

STRETCHING

VENDREDI

17h45 à 18h30

BODY BOXE

18h30 à 19h00

ABDOS FESSIERS

19h00 à 20h00

DANCE FIT

Les cours collectifs sont exclusivement réservés aux membres du club Fitness Park Elbeuf.