

# FITNESS PARK

## PLANNING DES COURS COACHES

### VILLIERS EN BIÈRE

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
18h à 19h	18h à 19h	18h à 19h	18h à 19h	18h à 18h30	10h30 à 11h30
ZUMBA	FITNESS SCULPT	FITNESS PUMP	CARDIO BOXE	CIRCUIT TRAINING	FITNESS SCULPT
19h à 20h	19h à 19h15	19h à 20h	19h à 20h	18h30 à 19h	11h30 à 12h30
FITNESS PUMP	ABDOS FLASH	ZUMBA	FITNESS PUMP	FITNESS FUN CLASS	CADRIO BOXE
20h à 20h30	19h15 à 20h	20h à 20h30	20h à 20h30	19h à 19h45	12h30 à 13h30
HIIT	STEP DÉBUTANT	CAF	ABDOS FESSIERS	STEP INTERMEDIAIRE	YOGA
20h30 à 21h	20h à 20h45	20h30 à 21h	20h30 à 21h	20h à 21h	
STRETCHING	CAF	HIIT	STRETCHING	ZUMBA	

\* Cours collectifs coachés UNIQUEMENT RESERVES aux clients du FITNESS PARK VILLIERS EN BIÈRE