


Planet Form'

Planning des cours collectifs à partir du 9 janvier 2016 Ouvert du lundi au vendredi de 8h30 à 21h et samedi de 9h30 à 13h

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
10h00	 ZUMBA [®] fitness	T.B.C	C.A.F	 ZUMBA [®] fitness	Body Sculpt	Planet Pump
11h00			10h45 Equilibre	Pilates		 ZUMBA [®] fitness
12h30	Planet Bike/ T.B.C	T.A.F	Circuit Minceur	 PILOXING	 ZUMBA [®] fitness	
14h00			Teen Dance (10-15) Power Teen (12-15)			
15h00	Body Sculpt	 ZUMBA [®] fitness	Teen Dance (6-9)	Circuit Minceur	T.B.C	
17h30	 PILOXING	 ZUMBA [®] fitness	T.A.F	Planet Pump	Step débutant	
18h30	Abdos express 30" 19h Master	T.A.F	Planet Pump	Planet Bike/  ZUMBA [®]	 ZUMBA [®] sentao	
19h30	 ZUMBA [®]	 ZUMBA [®] fitness	Step Avancé	 PILOXING	Equilibre	
20h30	Danses de salon débutants			Danses de salon confirmé		