



PROGRAMMATION ²⁶₂₇

MARDI ↘

- 9H00-10H15 : Gym Entretien
- 10H30-11H45 : Pilates

MERCREDI ↘

- 8H45-10H00 : Gym Douce
- 10H00-12H00 : Marche Nordique
- 17H15-18H30 : Yoga
- 18H30-19H30 : Fitness Cardio | Renfo
- 19H30-20H30 : Mobilité Étirements Tonus postural

JEUDI ↘

- 17H00-18H00 : Hip-hop Découverte À partir de 5 ans
- 18H00-19H00 : Hip-hop Initiation
- 19H00-20H00 : Hip-hop Approfondissement
- **NOUVEAU!** 20H30-21H30 : ZUMBA

