



PLANNING DES COURS COLLECTIFS 2020



LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

FERIÉ

10h15

Z DANCING

10h15

PIRATE

10h15

Z EQUILIBRE

10h15

BIKING

11h15

Z BOXING

11h15

HIIT

11h15

BODY SCULT

11h15

HIIT

12h15

BODY SCULT

12h15

CAF

12h15

ABDOS

12h15

CAF

16h15

CAF

16h15

HIIT + ABDOS

16h15

STEP

16h15

STRETCHING

17h15

STEP

17h15

Z BOXING

17h15

HIIT + ABDOS

17h15

Z DANCING

18h00 (LS)

Cross Training

18h00 (GG)

Yakha RENFO

18h00 (GG)

Yakha RENFO

18h00 (KM)

Circuit Training

19h00

ABDOS

19h00

HIIT + ABDOS

19h00 (LS)

Cross Training

19h00

STRETCHING



En Direct sur
Facebook

COURS EN LIVE (AVEC PROF)

YAKHA SPORT PERNES

COURS VIRTUEL (SANS PROF)