

Energym Planning septembre 2021

LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI		SAMEDI
SALLE 1	SALLE 2	SALLE 1	SALLE 2	SALLE 1	SALLE 2	SALLE 1	SALLE 2	SALLE 1	SALLE 2	SALLE 1
10h15 Total Body		10h15 		10h15 Total Body		10h15 Stretching		10h15 		10h00 11H00 ou ou
12h30 	12h30 PILATES *	12h30 		12h30 VISIO		12H30 		12h30 PILATES *	12h30 	
18h00 	18H15 CORE	18H15 Total Body	18h15 PILATES *	18H15 CORE	18h15 Aéro 1	18h00 	18H15 PILATES *	18h15 	18h15 VISIO	Horaires d'ouverture Lundi au Vendredi 9h30 21h00 Samedi 9h30 13h00 05 49 46 17 58
19h 	19H00 Step 1	19H00 Step 2	19h00 Stretching	19h00 	19H00 	19h00 Step 3	19h00 Total Body	19h00 	19h00 Rock *	
20h00 	20h00 	20h00 	20H00 VISIO	19h45 Aéro 3	20h00 VISIO	20h00 	20H00 Bachata *	19h45 	20h00 Rock*	

facebook
Suivez-nous sur ENERGYM CLUB

Cours cardio free style	Cours chorégraphiés	Cours de renforcement musculaire	Cours étirements
Cours visio	Cours de Pilates sur réservation		