

PLANNING DE COURS COLLECTIFS

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
09:30 - 10:00 LESMILLS EXPRESS BODYPUMP	9:30 - 10:15 LesMILLS RPM	09:30 - 10:30 PILATES	09:30 - 10:15 SWISS BALL	09:30 - 10:30 BODY SCULPT	09:30 - 10:00 INITIATION BODYPUMP	
10:00 - 11:00 LESMILLS BODYBALANCE	10:30 - 11:15 CIRCUIT TRAINING	10:30 - 11:00 FLEXIBILITÉ	10:15 - 11:00 STRETCHING	10:30 - 11:15 TRX	10:00 - 11:00 LesMILLS BODYPUMP	10:00 - 11:00 LesMILLS RPM XL
12:30 - 13:15 CIRCUIT TRAINING	12:30 - 13:15 PILATES		12:30 - 13:15 C.A.F.	12:30 - 13:15 BOXING	11:00 - 11:45 STRETCHING	
14:30 - 15:15 PILATES			14:30 - 15:15 MOBILITÉ			
17:30 - 18:15 BOXING	17:15 - 18:00 PILATES SWISS BALL	17:30 - 18:15 BODY SCULPT	17:30 - 18:00 EXTRÊME ABDOS	17:30 - 18:15 PILATES		
18:15 - 19:00 C.A.F.	18:00 - 19:00 LesMILLS BODYPUMP	18:30 - 19:15 LesMILLS RPM	18:15 - 19:00 LesMILLS RPM	18:15 - 19:15 CARDIO DANCE	DU LUNDI AU VENDREDI DE 8H30 À 21H30	LE SAMEDI DE 9H00 À 16H00
19:00 - 19:45 LesMILLS RPM	19:00 - 19:45 LesMILLS BODYCOMBAT	19:30 - 20:15 FLOW MOTION	19:00 - 20:00 LesMILLS BODYPUMP	19:15 - 20:00 LesMILLS EXPRESS BODYBALANCE	LE DIMANCHE DE 9H00 À 12H30	4 RUE DE BERNE HORBOURG-WIHR TÉL: 03 89 41 13 00 WWW.NATURALFORM.FR

NaturalForm'
FITNESS
Votre allié sport et bien-être