

Planning cours collectifs de Brest

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
10H00 - 11H00	10H00 - 11H00		10H00 - 10H45	10H00 - 10H45	10H00 - 10H45
PLEINE FORME			BODY BARRE	T.A.F	BODY SCULPT
12H15 - 13H00	12H15 - 13H00	12H15 - 13H00	12H15 - 13H00	12H15 - 13H00	10H45 - 11H30
BODY BARRE	STEP	T.A.F	ZUMBA	F.A.C	STRETCHING
17H30 - 18H00	17H30 - 18H00	17H30 - 18H15	17H30 - 18H00	17H30 - 18H15	15H00 - 16H00
CUISSES FESSIERS	TAILLE ABDOS	T.A.F	ABDOS - FESSIERS	BODY BARRE	ZUMBA
18H00 - 18H45	18H00 - 19H00	18H15 - 19H15	18H00 - 19H00	18H15 - 19H15	
STEP (DÉBUTANT)			CARDIO COMBAT		
18H45 - 19H45	18H45 - 19H45	19H15 - 20H15	19H00 - 19H45	19H15 - 20H15	
CARDIO COMBAT	BODY SCULPT		LIA	STEP (INTERMÉDIAIRE)	
19H45 - 20H30	19H45 - 20H30		19H45 - 20H30		
BODY BARRE	F.A.C		BODY SCULPT		

Sous réserve d'éventuelles modifications