

Lundi

10h00 (45mn)	
10h45 (45mn)	
11h15	STEP Niv.1
13h15	PILATES
13h45	STEP Niv.1
14h15	BODY SCULPT
14h45	PILATES
15h15	ABDOS-FESSIERS CUISSSES
15h45	STEP Niv.1
16h15	BODY SCULPT
16h45	PILATES
17h15	ABDOS-FESSIERS CUISSSES
18h00 (60mn)	
19h00 (45mn)	
19h45 (30mn)	
20h30	PILATES

Mardi

10h00 (30mn)	
10h30 (45mn)	
11h15 (30mn)	
11h45	BODY SCULPT
12h15	ABDOS-FESSIERS CUISSSES
12h45	PILATES
13h15	STEP Niv.1
13h45	BODY SCULPT
14h15	PILATES
14h45	ABDOS-FESSIERS CUISSSES
15h15	STEP Niv.1
15h45	BODY SCULPT
16h15	PILATES
16h45	ABDOS-FESSIERS CUISSSES
17h15	STEP Niv.1
18h00 (30mn)	
18h30 (60mn)	
19h30 (60mn)	

Mercredi

11h15	BODY SCULPT
11h45	PILATES
12h15	ABDOS-FESSIERS CUISSSES
12h45	STEP Niv.1
13h15	BODY SCULPT
13h45	PILATES
14h15	ABDOS-FESSIERS CUISSSES
14h45	STEP Niv.1
15h15	BODY SCULPT
15h45	PILATES
16h15	ABDOS-FESSIERS CUISSSES
16h45	STEP Niv.1
17h15	BODY SCULPT
18h15 (30mn)	
18h45 (60mn)	
19h45 (15mn)	
20h00 (45mn)	

Jeudi

10h00 (45mn)	
10h45 (30mn)	
11h45	ABDOS-FESSIERS CUISSSES
12h15	STEP Niv.1
12h45	PILATES
13h15	BODY SCULPT
13h45	PILATES
14h15	ABDOS-FESSIERS CUISSSES
14h45	STEP Niv.1
15h15	BODY SCULPT
15h45	PILATES
16h15	ABDOS-FESSIERS CUISSSES
16h45	STEP Niv.1
17h15	BODY SCULPT
18h00 (45mn)	
18h45 (45mn)	
19h30 (45mn)	
20h15 (45mn)	
21h00	ABDOS-FESSIERS CUISSSES

Vendredi

10h (60mn)	
10h45	STEP Niv.1
11h15	ABDOS-FESSIERS CUISSSES
11h45	PILATES
12h15	ABDOS-FESSIERS CUISSSES
12h45	STEP Niv.1
13h15	PILATES
13h45	BODY SCULPT
14h15	STEP Niv.1
14h45	ABDOS-FESSIERS CUISSSES
15h15	PILATES
15h45	STEP Niv.1
16h15	BODY SCULPT
16h45	PILATES
17h30 (30mn)	
18h00 (45mn)	
18h45 (30mn)	
19h15 (45mn)	
20h15	PILATES
20h45	STEP Niv.1

Samedi

10h00 (45mn)	
10h45 (30mn)	
11h15 (30mn)	
11h45 (60mn)	
12h30	STEP Niv.1
13h00	ABDOS-FESSIERS CUISSSES

Dimanche

10h00	PILATES
10h30 (45mn)	
11h15 (30mn)	
11h45 (30mn)	

PLANNING LA NORVILLE FITNESS Janv 2022

