

VITNESS

Planning 2022 - 2023

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
9H00						Mobilité Pilates Kevin - 9h - 10h
10H00						Mobilité Yoga Kevin - 10h - 11h
11H00						
12H00	Stretching Jeff - 12h-12h30			Stretching Jeff - 12h-12h30		
13H00	Cardio Boxing Jeff - 12h30-13h15			Cardio Boxing Jeff - 12h30-13h15		
14H00			Zumba 6/9 ans Gaëlle - 14h-15h			
15H00			Zumba 4/6 ans Gaëlle - 15h-16h			
16H00			Multisports Enfant 13h30 - 17h			
17H00						
18H00	Sophrologie Nisha - 17h30-18h30					
19H00	Pilates Marie - 18h30-19h30					
20H00	Renforcement Jeff - 19h30-20h30					
21H00	Cardio Boxing Jeff 20h30-	Danse De Gasquet Marie 20h30- 21h30		Self defense féminin Sylvain 20h-21h	Cross Training Jeff - 20h-21h	
22H00		Yoga Pauline 21h-22h		Danse Comptemporaine Agnès - 21h-22h		
23H00						



Adhésion	
A l'unité	15€
1 cours /semaine	225€
2 cours /semaine	350€
3 cours /semaine	450€
VIP	495€
Multisports	325€