

LUNDI

Gym En Forme©
Gym douce
17h00 – 18h00
Sandra

Teen'Fit©
Fitness Ado (à partir de 13ans)
18h05 – 18h50
Sandra

Gym'namique©
Gym dynamique
19h00 – 20h00
Sandra

MARDI

HIIT'Fit©
Interval Training
18h30 – 19h30
Sonia

Zumba® Step
Cardio
19h30 – 20h30
Sonia

MERCREDI

P'tit Bout©
(4 à 6 ans)
14h00 – 14h45
Camille

P'tit Bout©
(4 à 6 ans)
15h00 – 15h45
Camille

R'Eveil Sport©
(2 à 3 ans)
16h00 – 16h45
Camille

Cliqu'Sport©
(7 à 12 ans)
17h00 – 18h00
Camille

Zumba® RM
Zumba + Renfo. musculaire
19h45 – 20h45
Laetitia

JEUDI

Mix'Renfo©
Renforcement musculaire
18h30 – 19h30
Sonia , Sandra

HIIT'Step
Interval Training avec Step
19h30 – 20h15
Sonia

Strong By Zumba®
Haute intensité !
20h15 – 21h15
Sonia



Saison 2019/2020