

ELLEFIT'

PLANNING DES COURS COLLECTIFS



| LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI | SAMEDI |
|---------------------------------|------------------------------|-----------------------------|------------------------------|-----------------------------|------------------------------|
| OUVERTURE DES 9H | OUVERTURE DES 9H | OUVERTURE DES 9H | OUVERTURE DES 9H | OUVERTURE DES 9H | OUVERTURE DES 9H30 |
| | STRETCH 10.30 - 11.00 | PILATES 10.00 - 10.45 | CAF 10.00 - 10.30 | BODY BARRE 10.00 - 10.30 | |
| | | | | | FLASH ABDOS 11.15 - 11.30 |
| | | | | | STRETCH 11.30 - 12.00 |
| ATHLETIC ABDOS 12.30 - 13.00 | CAF 12.45 - 13.15 | ZUMBA 12.15 - 12.45 | BODY BARRE 12.45 - 13.15 | PILATES 12.15 - 13.00 | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| HIT CARDIO 17.30 - 18.00 | CARDIO STEP 17.00 - 17.30 | ZUMBA 17.00 - 17.30 | CAF 17.30 - 18.00 | BODY BARRE 17.30 - 18.00 | |
| ZUMBA 18.30 - 19.00 | CAF 18.00 - 18.30 | HIT CARDIO 18.00 - 18.30 | CARDIO BOXE 18.30 - 19.00 | ZUMBA 18.00 - 18.30 | |
| | BODY BARRE 19.00 - 19.30 | PILATES 19.00 - 19.45 | FLASH ABDOS 19.15 - 19.30 | STRETCH 19.00 - 19.30 | |
| GYM'S 20.00 - 21.00 | GYM'S 20.00 - 21.00 | GYM'S 20.00 - 21.00 | | | |
| FERMETURE À 20H | FERMETURE À 20H | FERMETURE À 20H | FERMETURE À 20H | FERMETURE À 19H30 | FERMETURE À 12H30 |