

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 10H
	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	
FERMETURE À 20H	FERMETURE À 20H	FERMETURE À 20H	FERMETURE À 20H	FERMETURE À 19H30	FERMETURE À 12H30