HORAIRE DES COURS

Zone HIT

Entraînement privé, semi-privé, groupes & mentorat

Session HIVER PRINTEMPS 2024

15 janvier au 23 juin 2024

210 rue Tessier

418-721-2000

**La durée des cours est de 50 minutes.*

MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
	CARDIO MUSCU (MULTI ZONES) *Alain* 10h15		
		CIRCUIT " NO LIMITS" *Équipe* 11h30	CIRCUIT " NO LIMITS" *Équipe* 12h00
Sport-études 14h30 à 16h00	Sport-études 14h30 à 16h00		Sport-études 14h30 à 16h00

Bienvenue au club!