

RÉSERVEZ VOS HEURES POUR VOTRE COURS DE GROUPE DE 4 À 6 PERSONNES AVEC UN INSTRUCTEUR

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
SPIN <i>Joannie</i> 12h00	CARDIO MIXTE (Cours à l'extérieur si beau temps) <i>Marie-Pierre</i> 12h00	CARDIO FIT (Fesses, cuisses, abdo et buddy pompe) <i>Jean-Michel</i> 12h00	SPIN (Bernard, Claude ou Gérald) 12h00			
	SPINNING <i>Jean-Michel</i> 17h00		SPINNING <i>Jean-Michel</i> 17h00			
BUDDY POMPE <i>Dave</i> 17h30 – 30 min.		BUDDY POMPE <i>Dave</i> 17h30 – 30 min				
Strong <i>Nathalie</i> 18h15						

