JUILLET - GYM/FITNESS

salle climatisée

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
MATINÉE				
9h/10h **TOTAL BODY**	**9h/10h** **ZUMBA**	**9h/10h** **YOGA**	**9h/10h** **POSTURAL**	**9h/10h** **Abdos/fessiers** **Stretching**
SOIRÉE				
18h30/19h30 **POSTURAL**	**18h30/19h30** **Cross training** **19h30/20h30** **STRETCHING**		**18h30/19h30** **ZUMBA** **19h30/20h30** **PILATES**	

Accès libre à la piscine 12h à 13h30 sur présentation de la carte d' abonnement

Gym 29 €/ mois

Musculation en coaching + Gym 36 €/ mois

Consultez les horaires de musculation de juillet sur le site et tableau d'affichage points d'accueil
Le mois de juillet est compris dans le forfait saison *corps en mouvement*, retirez une carte pour juillet à l'accueil