

LINEFIT CENTER

PROGRAMME DES COURS COLLECTIFS

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
09h30 - 10h30	GYM POSTURALE (Faby) *disponible sur Zoom	BUNGEE LIGHT (Faby) *disponible sur Zoom	MOBILITYFLOW (Nat) *disponible sur Zoom	CAF cuisses/abdos/fessiers (Faby) *disponible sur Zoom	LesMills BODYBALANCE (Laura F) *disponible sur Zoom	LesMills BODYPUMP (Fabien) *disponible sur Zoom
10h30 - 11h30						
	COURS DE 30MIN				COURS DE 30MIN	
12h15	LesMills GRIT FORCE (Laura)	ABDOS FLASH (Laura) *disponible sur Zoom	LesMills SPRINT -vélo (Laura)	LesMills BODYPUMP (Nat) *disponible sur Zoom	LesMills GRIT CARDIO (Laura) *disponible sur Zoom	
12h45						
13h00						
18h00 - 19h00	CAF cuisses/abdos/fessiers (Nat) *disponible sur Zoom	POUND (Nat) *disponible sur Zoom	STRONG NATION (Nat) *disponible sur Zoom	WOD (Tristan)	BUNGEE (Nat)	SPINNING (Raph)
19h00 - 20h00	SPINNING (Raph)	LM GRIT CARDIO - 30MIN (Laura) *disponible sur Zoom	AEROBIC 80's (Faby) *disponible sur Zoom	STEP (Fanny) *disponible sur Zoom	LesMills BODYATTACK (Laura F) *disponible sur Zoom	
20h00 - 21h00	STRONG NATION (Nat) *disponible sur Zoom	WOD (Tristan)	BUNGEE (Nat)	LesMills BODYPUMP (Fabien) *disponible sur Zoom	LesMills BODYBALANCE (Fabien) *disponible sur Zoom	

INSCRIPTIONS OBLIGATOIRES DIRECTEMENT À LA RÉCEPTION, PAR TÉLÉPHONE (AU 027 / 322 12 12) OU VIA APPLICATION