
























www.moving-nogent.fr

LUNDI 09H00-21H00	MARDI 09H00-21H30	MERCREDI 10H00-21H00	JEUDI 09H00-21H30	VENDREDI 09H00-21H00	SAMEDI 09H30-18H00	DIMANCHE 09H30-17H00
 LES MILLS BODYPUMP 9h30 (60')	BODY SCULPT 9h30 (60')	VIDEO	BODY SCULPT 9h30 (60')	T.A.F 09h30 (45')	BODY SCULPT 09h45 (45')	BODY SCULPT 09h45 (60')
T.A.F 10h30 (45')	BODY YOGA 10h30 (60')		PILATES 10h30 (45')	 LES MILLS RPM 10h15 (45')	STRETCHING 10h30 (30')	STRETCHING 10h45 (30')
STRETCHING 11h15 (30')	VIDEO FITNESS	FITNESS	VIDEO FITNESS	PILATES 11H00 (45')	 LES MILLS BODYSTEP 11h00 (45')	CIRCUIT 11H15 (30')
 LES MILLS CXWORX 12h15 (30')	 LES MILLS BODYPUMP 12h15 (30')	PILATES 12h15 (60')	 LES MILLS RPM 12H15 (45')	ABDO FESSIER 12h15 (30')	 LES MILLS BODYPUMP 11h45 (45')	 LES MILLS CXWORX 11h45 (30')
BODY SCULPT 12h45 (30')	FES.CUISSSES 12h45 (30')		ABDOS FLASH 13H00 (15')	BODY SCULPT 12h45 (30')	VIDEO FITNESS	 LES MILLS RPM 12H15 (60')
VIDEO FITNESS	VIDEO FITNESS	VIDEO FITNESS	VIDEO FITNESS	VIDEO FITNESS	BODY SCULPT 15H00 (30')	Evènement
					ABDO FESSIER 15h30 (30')	
					 ZUMBA fitness 16h00 (60')	FITNESS*
					VIDEO FITNESS	*avec suppl
BODY SCULPT 17H00 (30')	TAILLE ABDOS 17H30 (30')	ABDO FESSIER 17H00 (30')		BODY SCULPT 17h00 (45')	 <p>01.48.73.15.22</p> <p>SERVIETTE OBLIGATOIRE SUR MACHINES ET TAPIS DE SOL. SE MUNIR D'UN CADENAS POUR VESTAIRE *RPM COURS SUR RESERVATION</p>  <p>TECHNOGYM The Wellness Company™</p>	
ABDO FESSIER 17H30 (30')	FES.CUISSSES 18H00 (30')	BODY SCULPT 17h30 (30')	BODY YOGA 17H30 (45')	 LES MILLS CXWORX 17h45 (30')		
STRETCHING 18H00 (30')	 LES MILLS CXWORX 18H30 (30')	STRETCHING 18h00 (30')	 LES MILLS BODYPUMP 18H15 (45')	 LES MILLS RPM 18H15 (60')		
 LES MILLS BODYSTEP 18H30 (45')	 LES MILLS BODYCOMBAT 19H00 (45')	 ZUMBA fitness 18h30 (45')	ABDO FESSIER 19H00 (30')	PILATES 19H15 (45')		
 LES MILLS CXWORX 19H15 (30')	PILATES 19H45 (45')	CARDIO DANSE 19h15 (45')	 ZUMBA fitness 19H30 (45')	VIDEO FITNESS		
BODY SCULPT 19H45 (60')	 LES MILLS RPM 20H30 (45')	 LES MILLS CXWORX 20H (45')	RELAXING 20H15 (45')			

Planning non contractuel donné à titre indicatif. Nous nous réservons le droit à toutes modifications

Remplacement par video fitness en cas d'absence d'un professeur

|