Cours Studio de Tous les Clubs

PROGRAMME DES ENTRAINEMENTS COLLECTIFS ADULTES

HORAIRES D'OUVERTURE LUNDI AU DIMANCHE : 7H – 23H

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
7H			TX Angelina 7h30 / 60 min NT	TX Florence 7h30 / 60 min NT	Reformer * 7h30 / 60 min NSdR		
8H		Pilates 8h00 / 45 min NSdcc			Pilates 8h30 / 60 min NSdcc		
9H		Reformer * 9h00 / 60 min NSdR	TX Angelina 9h00 / 60 min NT	TX Florence 9h00 / 60 min NT Reformer * 9h30 / 60 min NSdR	TX Florence 9h00 / 60 min NT Full Body 9h30 / 60 min NSdcc		
10H		Stretching 10h00 / 60 min NSdcc	TX Angelina 10h00 / 60 min NT	TX Guillaume 10h00 / 60 min NT CAF 10h30 / 45 min NSdcc	Stretching 10h30 / 45 min NSdcc	Reformer * 10h30 / 60 min NSdR	Reformer * 10h15 / 60 min NSdR
11H		TX Juliana 11h00 / 60 min NT	TX Angelina 11h00 / 60 min NT	TX Guillaume 11h00 / 60 min NT Stretching 11h15 / 45 min NSdcc	TX Guillaume 11h00 / 60 min NT	Reformer * 11h30 / 60 min NSdR	Pilates 11h15 / 60 min NSdcc
12H	CAF 12h15 / 60 min NSdcc Reformer * 12h15 / 60 min NSdR	TX Guillaume 12h00 / 60 min NT Reformer * 12h15 / 60 min NSdR Zumba 12h15 / 60 min NSdcc	TX Angelina 12h00 / 60 min NT Reformer * 12h30 / 60 min NSdR	TX Guillaume 12h00 / 60 min NT CAF 12h15 / 60 min NSdcc Reformer * 12h15 / 60 min NSdR	TX Guillaume 12h00 / 60 min NT Body Combat 12h15 / 60 min NSdcc Reformer * 12h15 / 60 min NSdR		CAF 12h15 / 60 min NSdcc Reformer * 12h15 / 60 min NSdR
13H	Full Body 13h15 / 45 min NSdcc Reformer * 13h15 / 60 min NSdR	Full Body 13h15 / 45 min NSdcc Reformer * 13h15 / 60 min NSdR	TX Angelina 13h00 / 60 min NT Reformer * 13h30 / 60 min NSdR	TX Guillaume 13h00 / 60 min NT Reformer * 13h15 / 60 min NSdR Zumba 13h15 / 45 min NSdcc	TX Guillaume 13h00 / 60 min NT Body Zen 13h15 / 60 min NSdcc Reformer * 13h15 / 60 min NSdR	TX Angelina 13h00 / 60 min NT	Full Body 13h15 / 45 min NSdcc
14H	Pilates 14h30 / 60 min NSdcc	TX Guillaume 14h00 / 60 min NT Pilates 14h30 / 60 min NSdcc		Pilates 14h30 / 60 min NSdcc	TX Guillaume 14h00 / 60 min NT Pilates 14h15 / 60 min NSdcc	TX Angelina 14h00 / 60 min NT	Stretching 14h00 / 60 min NSdcc
15H	Yoga Vinyasa 15h30 / 60 min NSdcc	TX Juliana 15h00 / 60 min NT Yin Yoga 15h30 / 60 min NSdcc	TX Karima 15h00 / 60 min NT CAF 15h30 / 60 min NSdcc	Yoga Vinyasa 15h30 / 60 min NSdcc	TX Florence 15h00 / 60 min NT Yin Yoga 15h30 / 60 min NSdcc	TX Angelina 15h00 / 60 min NT CAF 15h30 / 60 min NSdcc	Yoga Vinyasa 15h30 / 60 min NSdcc

PLANNING NON CONTRACTUEL, MODIFIABLE A TOUT MOMENT
* : cours accessibles sur réservation avec l'offre Studio

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
16H		TX Juliana 16h00 / 60 min NT	TX Karima 16h00 / 60 min NT		TX Florence 16h00 / 60 min NT	Full Body 16h30 / 60 min NSdcc	
			Full Body 16h30 / 60 min NSdcc				
17H	Body attack 17h30 / 60 min NSdcc	TX Guillaume 17h00 / 60 min NT	TX Karima 17h00 / 60 min NT	CAF 17h30 / 60 min NSdcc	TX Florence 17h00 / 60 min NT	Pilates 17h30 / 60 min NSdcc	
		CAF 17h30 / 60 min NSdcc	Pilates 17h30 / 60 min NSdcc		CAF 17h30 / 60 min NSdcc		
		Reformer * 17h30 / 60 min NSdR	Reformer * 17h30 / 60 min NSdR		Reformer * 17h30 / 60 min NSdR		
18H	Reformer * 18h00 / 60 min NSdR	TX Guillaume 18h00 / 60 min NT	TX Juliana 18h30 / 60 min NT	TX Juliana 18h00 / 60 min NT	TX Florence 18h00 / 60 min NT	Yoga Vinyasa 18h30 / 60 min NSdcc	
	Full Body 18h30 / 60 min NSdcc	Body attack 18h30 / 60 min NSdcc	Reformer * 18h30 / 60 min NSdR	Reformer * 18h30 / 60 min NSdR	Pilates 18h30 / 60 min NSdcc		
		Reformer * 18h30 / 60 min NSdR	Yin Yoga 18h30 / 60 min NSdcc	Zumba 18h30 / 60 min NSdcc	Reformer * 18h30 / 60 min NSdR		
19H	Reformer * 19h00 / 60 min NSdR	TX Guillaume 19h00 / 60 min NT	Reformer * 19h30 / 60 min NSdR	Body attack 19h30 / 60 min NSdcc	Cross-Training 19h30 / 60 min NSdcc		
	Zumba 19h30 / 60 min NSdcc	Pilates 19h30 / 60 min NSdcc		Reformer * 19h30 / 60 min NSdR			
		Reformer * 19h30 / 60 min NSdR					
20H		TX Guillaume 20h00 / 60 min NT					

NSDCC : Neuilly - Salle de cours collectif **NSDR** : Neuilly - Salle de Reformer **NT** : Neuilly - TX

PLANNING NON CONTRACTUEL, MODIFIABLE A TOUT MOMENT
* : cours accessibles sur réservation avec l'offre Studio