Ornano Paris 18ème 01 44 92 36 60

PROGRAMME DES ENTRAINEMENTS COLLECTIFS ADULTES

HORAIRES D'OUVERTURE HORAIRES D'OUVERTURE LUNDI AU VENDREDI : 7H – 22H30 SAMEDI & DIMANCHE : 9H – 19H00

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
8H		Reformer Studio * 8h30 / 60 min S2O					
9H		Reformer Studio * 9h30 / 60 min S2O	Pilates Studio Tous Niveaux * 9h00 / 60 min S2O				
10H			Reformer Studio * 10h00 / 60 min S2O				
12H		Reformer Studio * 12h30 / 60 min S2O					
13H	Reformer Studio * 13h15 / 60 min S2O						
14H	Reformer Studio * 14h15 / 60 min S2O						
19H	Cycling Studio * 19h00 / 60 min SRO						

S2O : Salle 2 Ornano **SRO** : Salle RPM Ornano

PLANNING DE PRÉSENCE DES COACHS : MUSCULATION - CARDIO TRAINING

Plan d'entrainement individualisé et suivi d'entrainement

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
10h00 / 13h30	09h00 / 13h00	11h00 / 14h00		18h00 / 21h00	10h30 / 12h30	
18h00 / 19h00	15h00 / 17h00	18h30 / 21h30				
19h45 / 21h00						

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