

PLANNING 2021

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
9h30 - 10h30 C.T.A.F RENFORCEMENT	9h30 - 10h30  LES MILLS BODYBALANCE		9h30 - 10h30  LES MILLS BODYPUMP	9h30 - 10h30 ABDOS DOS  STRETCHING	10h - 11h  LES MILLS BODYPUMP	
12h30 - 13h30 C.T.A.F RENFORCEMENT	12h30 - 13h30  LES MILLS BODYPUMP		12h30 - 13h30  LES MILLS RPM	12h30 - 13h30  LES MILLS BODYBALANCE		
17h30 - 18h30  LES MILLS BODYPUMP	17h30 - 18h  LES MILLS GRIT STRENGTH 30-MINUTE HIGH-INTENSITY INTERVAL TRAINING	17h30 - 18h30 C.T.A.F RENFORCEMENT	17h30 - 18h30  LES MILLS BODYBALANCE	17h30 - 18h30 CROSS TRAINING		
18h30 - 19h30  LES MILLS BODYBALANCE	18h - 19h ABDOS TAILLE	18h30 - 19h30  LES MILLS BODYPUMP	18h30 - 19h30 HIIT Cardio ■■■■■■■■■■	18h30 - 19h30  LES MILLS RPM		
	19h - 20h  LES MILLS RPM					



Tél : 04 92 72 70 43

Site : www.bodyfitcenter.fr

 Bodyfit Center Officiel

96 rue des entrepreneurs
ZI St Joseph 04100 Manosque