

**PLANNING CIRCUITS**

**LADY MOVING MONTPARNASSE**

**MOIS DE JUIN**

LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI		SAMEDI		
SILHOUETTE	MINCEUR	BUSTE	FESSIERS	SILHOUETTE	MINCEUR	BUSTE	FESSIERS	SILHOUETTE	MINCEUR	BUSTE	FESSIERS	
9 h 00		9 h 00					9 h 00		9 h 00		9 h 00	
9 h 30		9 h 30					9 h 30		9 h 30 GYM TONIQUE		9 h 30 GYM TONIQUE	
10 H 00 PILATES		10 h 00					10 h 00 GYM POSTURALE		10 h 00		10 h 00	
10 H 30 STRETCHING		10h30 VENTRE PLAT					10 h 30		10 h 30		10 h 30	
11 h 00		11 h 00						11 h 00 STRETCHING		11 h 00		11 h 00 GYM POSTURALE
11 h 30		11 h 30						11 h 30		11 h 30 GYM POSTURALE		11 h 30 VENTRE PLAT
12 h 00 GYM TONIQUE		12 h 00 GYM POSTURALE			12 h 00 ggm posturale		12 h 00 VENTRE PLAT		12 h 00		12 h 15 STRETCHING	
12 h 30 VENTRE PLAT		12 h 30			12 h 30		12 h 30 GYM POSTURALE		12 h 30			
13 h 00		13 h 00			13 h 00 ventre plat		13 h 00		13 h 00			
13 h 30		13 h 30 VENTRE PLAT			13 h 30		13 h 30		13 h 30 STRETCHING		Circuits coachés	
14 h 00 GYM POSTURALE		14 h 00			14 h 00		14 h 00		14 h 00		Circuits off	
14 h 30		14 h 30			14 h 30 VENTRE PLAT		14 h 30		14 h 30 PILATES			
15 h 00		15 h 00GYM POSTURALE			15 h 00 stretching		15 h 00 GYM POSTURALE		15 h 00			
15 h 30 PILATES		15 h 30 STRETCHING			15 h 30		15 h 30		15 h 30 VENTRE PLAT			
16 h 00		16 h 00			16 h 00 GYM TONIQUE		16 h 00 STRETCHING		16 h 00			
16 h 30 STRETCHING		16 h 30 GYM TONIQUE			16 h 30		16 h 30		16 h 30 GYM TONIQUE			
17 h 00		17 h 00			17 h 00 STRETCHING		17 h 00		17 h 00			
17 h 30		17 h 30 STRETCHING			17 h 30		17 h 30 GYM TONIQUE		17 h 30			
18 h 00 VENTRE PLAT		18 h 00			18 h 00		18 h 00		18 h 00 VENTRE PLAT			
18 h 30		18 h 30 GYM POSTURALE			18 h 30 GYM TONIQUE		18 h 30 STRETCHING		18 h 30			
19 h 15 STRETCHING		19 H 00 VENTRE PLAT			19 h 15 PILATES		19 h 00		19 h 15 STRETCHING			
		19 h 30					19 h 30 VENTRE PLAT					
		20 h 00					20 h 15					

**HEURES D'OUVERTURE DE VOTRE CENTRE**

LUNDI - VENDREDI : 9 H 00 - 20 H 00

MARDI - JEUDI : 9 H 00 - 21 H 00

MERCREDI : 12 H 00 - 20 H 00

SAMEDI : 9 H 00 - 13 H 00

TÉL. : 01 43 20 02 02

planning non contractuel, susceptible d'être modifié à tout moment sans préavis en fonction des impératifs - cours collectifs assurés à partir de deux personnes

**LADY MOVING LA MINCEUR ACTIVE 100% FEMMES**