

PLANNING DES COURS COLLECTIFS

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

9h15 45'
 **CROSS TRAINING**

10h00 45'
 **YOGA**

12h30 45'
 **CAF**

17h45 45'
 **FIT TRAINING**

18h30 45'
 **CROSS TRAINING**

19h15 45'
 **BOXE TRAINING**

20h00 45'
 **YOGA**

9h15 45'
 **GYM DOUCE**

12h30 45'
 **BOXE TRAINING**

17h45 45'
 **CAF**

18h30 45'
 **BOXE TRAINING**

19h15 45'
 **ATTACK TRAINING**

20h00 45'
 **CROSS TRX TRAINING**

9h15 45'
 **BOXE TRAINING**

12h30 45'
 **PILATES**

17h45 45'
 **BOXE TRAINING**

18h30 45'
 **YOGA**

19h15 45'
 **PUMP TRAINING**

20h00 45'
 **PILATES**

9h15 45'
 **FIT TRAINING**

12h30 45'
 **PUMP TRAINING**

17h45 45'
 **CROSS TRAINING**

18h30 45'
 **SHADOW BOXING**

19h15 45'
 **CROSS TRAINING**

20h00 45'
 **BOXE TRAINING**


9h15 45'
 **PILATES**

12h30 45'
 **CROSS TRAINING**

17h45 45'
 **PILATES**

18h30 45'
 **CROSS TRX TRAINING**

19h15 30'
 **ABDOS KILLER**

10h00 45'
 **YOGA**

10h45 45'
 **BOXE TRAINING**

11h30 45'
 **CROSS TRAINING**

PLANNING DU BIKE



LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

11h00 45'



18h30 45'



19h15 45'



19h15 45'



HORAIRES D'OUVERTURES

(Fermé les jours fériés)

Lundi au Jeudi : 9h00 à 21h00

Vendredi : 9h00 à 20h00

Samedi : 9h30 à 13h00

www.coach-wellness-sports.com



Coach Wellness Sports



Coachwellnesssports

« NE CONFIEZ JAMAIS VOTRE CORPS A DES AMATEURS. »

20, Rue Marie de Lorraine

37 700 La Ville-Aux-Dames

06-77-88-44-69

franckcws@gmail.com