

DELSON

COURS DE GROUPE

HIVER 2020
DU 6 JANVIER AU 29 MARS 2020

LEGENDE:
T-TOUS
R-RESERVATION
C-CHOREOGRAPHIQUE
1-DÉBUTANT
11-INTERMEDIAIRE

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9H00 A 10H00 CARDIO MIX JANET 1-11	9H00 A 10H30 STEP & FESSE DE FER ROXANNE 11	9H00 A 10H00 INTERVAL JANET 1-11	9H00 A 10H00 FITNESS MIX NATHALIE 1-11	9H00 A 10H30 STEP TONUS JANET 1	8H30 A 9H30 META POWER ANDRÉ 1-11	9H00 A 10H00 STEP ROXANNE 1-11
10H00 A 11H00 PILATES JANET T		10H00 A 11H00 TONUS MAX JANET T	10H00 A 11H00 ZUMBA CINTHYA C-1-11	10H30 A 11H00 ETIREMENT JANET T	9H30 A 10H30 ZUMBA LINDA C-1-11	10H00 A 11H00 ABDO FESSE CUISSE ROXANNE T
					10H30 A 11H30 TONUS MAX ELODIE 1-11	11H00 A 12H00 YOGA GOULIA T
17H00 A 18H30 SUPER WORKOUT OLIVIER 1-11	17H30 A 18H30 STEP-TONUS ROXANNE 1-11	17H00 A 18H30 CIRCUIT + STRETCHING MARISOL 1-11	17H30 A 18H30 PROFORMANCE OLIVIER 1-11	17H00 A 18H00 PROFORMANCE ELODIE 11		
18H30 A 19H30 CARDIO BOXE JULIE C 1-11	18H30 A 19H30 ABDO FESSE CUISSE OLIVIER T	18H30 A 19H30 STEP-TONUS ROXANNE 1-11	18H30 A 19H30 ABDO FESSE CUISSE OLIVIER T	18H00 A 19H00 STRONG BY ZUMBA ELODIE 11		
19H30 A 20H30 DJAMBOOLA SHEILA C-1-11	19H30 A 20H30 INTERVAL OLIVIER 1-11	19H30 A 20H30 ZUMBA ELODIE C-1-11	19H30 A 20H30 ETIREMENT OLIVIER T			



PRENEZ NOTE QUE MOINS DE 10 PERSONNES DURANT 3 SEMAINES CONSECUTIVES,
LES COURS POURRONT ETRE ANNULÉS