



STUDIO

SALLE DE FITNESS ACCESSIBLE DU LUNDI AU VENDREDI DE 11H45 À 14H15



	12H			13H			14H			18H			19H			20H			21H			
	15	30	45	15	30	45				15	30	45	15	30	45	15	30	45				
LUNDI			PILATES											ZUMBA								
		! AQUA FIT cours avancé de 15 minutes				NOUVEAU AQUA JUMP																
MARDI			GROUP CYCLE											BODY SHAPE								
			BACK FIT									NOUVEAU AQUA JUMP		AQUA BIKE								
			AQUA BIKE											AQUA BIKE								
MERCREDI			GROUP CYCLE											PILATES								
			AQUA BIKE																			
														AQUA CIRCUIT								
JEUDI			YOGA											CORE TRAINING								
			AQUA JOGGING																			
														AQUA BIKE								
VENDREDI			GROUP CYCLE											POWER WORKOUT								
			AQUA FIT																			
DIMANCHE	10H45 - 11h30			11H45 - 12h30																		
	AQUA CIRCUIT			AQUA FIT																		

- Cours de fitness
- Cours aquatique au bassin Sport & Santé / Profondeur: 45/140cm / 32°C
- Cours aquatique au bassin Olympique 50m / Profondeur: 220cm / 28°C

INFOS & RÉSERVATION SUR SHOP.COQUE.LU