

PLANNING FITNESS

2015 - 2016

04 76 18 29 61

	Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi	Samedi
MATIN	C.A.F 9h15 - 10h15	BodySculpt 9h15 - 10h15	C.A.F 9h15 - 10h15	Circuit Training 9h15 - 10h15	BodySculpt 9h15 - 10h15	Abdos Flash 9h15 - 9h30 TBC 9h30 - 10h15
	Abdos Flash 12h15 - 12h30	Abdos Flash 12h15 - 12h30 BodyBarre 12h30 - 13h15	Abdos Flash 12h15 - 12h30 Superform 12h30 - 13h15	Abdos Flash 12h15 - 12h30 Force Training 12h30 - 13h15	Abdos Flash 12h15 - 12h30 Bodybarre 12h30 - 13h15 RPM 12h30 - 13h15	Stretch 10h15 - 10h30 Fitball 10h30 - 11h15
	ZUMBA 12h30 - 13h15 RPM 12h30 - 13h15		RPM 12h30 - 13h15		RPM 12h30 - 13h15	
MIDI						
	Step/Lia 17h45 - 18h30 BodySculpt 18h30 - 19h15	BodySculpt 17h45 - 18h30 Step 18h30 - 19h15 RPM 18h30 - 19h15	C.A.F 17h45 - 18h30 Bodybarre 18h30 - 19h15	BodySculpt 17h45 - 18h30 ZUMBA 18h30 - 19h15 RPM 18h30 - 19h15	Superform 18h30 - 19h15	
	Stretch 19h15 - 19h45	Fitstretch 19h15 - 20h00	Stretch 19h15 - 19h45	C.A.F + Stretch 19h15 - 20h00		
APRÈS-MIDI						

- Vos Coachs**
- Sophie
 - Cécile
 - Hélène
 - Marie-Claire
 - Valérie
 - Emeline
 - Gyrille
 - Audrey
 - Coraline
 - Michaël
 - Hugo
 - Mika
 - Clément



Objectif : Forme, silhouette et bien-être

www.meylanfitness.com
meylan.fitness@wanadoo.fr

29 bis, Av. du Granier Meylan

Votre club Meylan Fitness est ouvert :
 Du lundi au vendredi de 7h30 à 21h, le samedi de 8h à 16h et le dimanche de 8h à 12h

Parking Gratuit