

Forme et bien être

La rentrée new look de Fun Fitness



Forme et bien être

Planning 2015 /2016
ESPACE MUSCULATION OUVERT TOUTE LA JOURNEE (ACCES LIBRE)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
10h30 à 11h15 PILATES	10h30 à 11h15 CIRCUIT MINCEUR			10h30 à 11h15 TRX (RENFO)	
12h45 à 13h30 BIKE	12h30 à 13h15 RENFO		13h30 à 13h15 BODY BARRE	12h45 à 13h30 CROSS TRAINING	TRX (RENFO) Réservation
TRX (RENFO) Réservation	TRX (RENFO) Réservation		15h30 à 16h15 PILATES	TRX (RENFO) Réservation	
18h00 à 18h40 F.A.C (Fessée/Abdos/Ciseaux)	18h00 à 18h30 GYM du DOS		18h00 à 18h45 T.A.F (Talle/Andros/Fessée)	17h30 à 18h15 ZUMBA KIDS	
18h45 à 19h30 BODY BARRE	18h30 à 19h30 PILOXING		19h00 à 19h45 ZUMBA FITNESS	18h30 à 19h15 BODY BARRE	
19h40 à 20h25 BIKE	19h40 à 20h30 BIKE		19h45 à 20h30 STRETCHING CHIQUA/BIKE	19h15 à 20h00 BIKE	

* TRX (RENFO) sur réservation: COACHING par petits groupes de travail 07.86.45.14.75
 * NOUVEAU : Espace de MUSCULATION ouvert tous les jours !!!

planning forme et bien etre 2015.jpg

Journée découverte OUVERTE A TOUS SAMEDI 22 AOUT 2015

10h/10h30 GYM DU DOS	17h00/17h30 TRX
10h30/11h00 STRETCHING	18h00/18h30 BIKE
11h30/12h00 F.A.C	18h30/19h00 ZUMBA KIDS
15h30/16h00 PILATES	19h30/20h15 ZUMBA/PILOXING

Derrière Intermarché-MIRANDE - Rte de Tarbes
 32300 St Martin - 07.86.45.14.75
 Email: funfitnessline@gmail.com

maquette forme et bien etre 2015.jpg