

## HORAIRES GYM ADULTES 2021-2022

LUNDI	MARDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
9H30 - 10H30 GYM TONIQUE	9H30 - 10H30 PILATES	9H30 - 10H30 GYM VITALITE		
10H45-11H45 GYM DETENTE	10H30 - 11H30 STRETCHING	10H45-11H45 GYM DETENTE		
17H -21H00 MUSCULATION	17H-20H30 MUSCULATION	17H30-21H00 MUSCULATION	18H30-20H 30 MUSCULATION	10H45-12H45 MUSCULATION
19H30-20H30 BODY SCULPT		19H-19H45 CARDIO BRÛLEUR		
20H30-21H30  PILATES	19H00 -20H00 ZUMBA KUDURO'FIT AFRO RAGGA	19H45 -20H30  BODY SCULPT	19H45 -20H45  ZUMBA KUDURO'FIT AFRO RAGGA	
		20H30 - 21H00 STRETCHING		
MUSCULATION SALLE A L'ARRIERE DU GYMNASSE ALEXOPOULOS COURS DE GYM ADULTES : SALLE ANNIE FRATELLINI GYMNASSE GUILLAUMIE				

- Le FORFAIT **185€** comprend tous les cours de gymnastique en matinée et soirée.
- CARNET 10 SCEANCES MUSCULATION **65€**