

# PLANNING D'ACTIVITÉS FITNESS

2019

		durée	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi
▼ ÉNERGIE	CARDIO COMBAT	45 min	13:15	12:15 ou 19:15		20:15	18:15	
	ZUMBA	45 min	18:15	20:15	13:15	17:30		09:45
	DANCE FIT	45 min		13:15		12:15		
	FIT BIKE	45 min	13:15 ou 18:15	12:15 ou 19:15	20:15	12:15 ou 19:15	19:15	13:15
▼ TONICITÉ	BODY SCULPT	45 min	09:15	08:45	19:15	09:45		12:15
	BODY BARRE	45 min	12:15			19:15	13:15	
	ABDOS EXPRESS	30 min	17:45	09:30				14:00
	TRX	30 min		17:00 ou 17:30		18:00 ou 18:30		
▼ LE + SPORT ACCESS	RUN & ACTION	45 min	20:15			07:45		09:00
	CROSS TRAINING	45 min	19:15	10:15 ou 18:15	12:15	13:15		10:45
▼ ÉQUILIBRE	PILATES	45 min	12:15 ou 19:15	07:45	18:15	08:45 ou 13:15	12:15	
	YOGA	45 min		20:15		18:15		

Wellness Fit Club - 5 rue du Martin Pêcheur - 92 190 Meudon

☎ 01 81 89 55 16 🌐 [wellness-fit-club.fr](http://wellness-fit-club.fr) 📱 Wellness Fit Club

Wellness Fit Club - 5 rue du martin pecheur - 92190 MEUDON - SARL LS MEUDON - Société commerciale à responsabilité limitée au capital de 10 000 € - RCS Nanterre: 820 704 948 - Siret: 82070494800026 - code APE: 9311Z - N°TVA intracommunautaire: FR37 82070494800026 - Un équipement animé et géré pour le compte de la Ville de Meudon par LS Meudon, filiale de l'UCPA. 121253

