

GRILLE DE COURS

Lundi

8h45-9h30



9h30-10h30



12h10-12h40



12h40-13h10



18h30-19h30



19h30-20h15

PUMP

Mardi

10h00-11h00



12h10-12h40



15h00-15h45



19h00-20h00



Mercredi

9h30-10h30



10h30-11h15



18h30-19h15

PUMP

19h15-20h00



Jeudi

10h00-11h00



18h15-19h00



19h00-20h00*



Vendredi

9h30-10h30

Stretching

12h00-12h45



18h00-18h45



Samedi

9h00-10h00



10h00-10h45

PUMP

10h45-11h30



INSCRIPTION AUX COURS SUR
WWW.ACTIVITACENTRE.CH

IL N'Y A PAS DE LIMITE À LA
PARTICIPATION
AUX COURS

CEPENDANT, VOUS NE POUVEZ
VOUS INSCRIRE EN LIGNE QU'À
UN COURS PAR JOUR (À SAVOIR
QUE 2 COURS D'UNE DEMI-HEURE
VALENT 1 SEUL COURS)

SI VOUS VOULEZ EN FAIRE UN
2ÈME DANS LA JOURNÉE IL
SERAIT TRÈS APPRÉCIÉ QUE
VOUS DEMANDIEZ SI LA PLACE
LE PERMET. CECI AFIN DE NE
METTRE PERSONNE DE CÔTÉ.

*Pilates : 50min / Power Yoga : 60min