



PLANNING DES COURS COLLECTIFS AVEC COACHS À COMPTER DU 24 OCTOBRE 2024

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
	Cuisses Abdos Fessiers (CAF) 12h30-13h15				
	PILATES / STRETCHING 14h15-15h00				
					DIMANCHE
30' ABDOS 17h30-18h00			BODYSWISS 17h30-18h00		
BODYBARRE 18h00-18h45	CARDIO BOXE 18h00-18h30	Cuisses Abdos Fessiers (CAF) 18h00-18h45	Renforcement Musculaire 18h00-18h45		
	L.I.A. 18h30-19h00				
PILATES / STRETCHING 19h00-19h45	BIKE 19h00-19h45	BIKE 19h00-19h45	STRETCHING 19h00-19h45		



www.jaquetfitness.fr

Notre Salle :

JAQUET Fitness – 05 56 55 01 82
20 Rue Jean Mermoz 33185 LE HAILLAN
À proximité du tram A, Arrêt « LE HAILLAN Rostand »

Nos Horaires :

Lundi au Vendredi : 9h00 - 21h00
Samedi : 9h00 - 14h00
Dimanche : 9h00 - 13h00

JAQUET *fitness*