

PLANNING 2016 > 2017

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
9h30 / 10h	9h30 / 10h	9h30 / 10h30	9h30 / 10h	9h30 / 10h30	9h30 / 10h15	
Gym Activ	Body Sculpt		Abdos Fessiers	Pilâtes	Body Sculpt	
10h / 10h30	10h / 10h30		10h / 10h30	10h30 / 11h	10h15 / 11h	10h / 10h45
Abdos Fessiers	Cardio Step				Mix Fitness	Cuisses Abdos Fessiers
10h30 / 11h	10h30 / 11h30		10h30 / 11h30		Cours différent chaque semaine. Voir le planning à l'accueil	
Stretching	Gym Douce*		Gym Douce*			
12h30 / 13h15	12h30 / 13h15		12h30 / 13h15	12h30 / 13h15		
Cuisses Abdos Fessiers	Step					
14h15 / 15h						
						
17h45 / 18h15	18h15 / 19h	18h / 18h45	17h45 / 18h15	17h30 / 18h30		
Abdos Fessiers		Pilâtes		Yoga		
18h15 / 19h	19h / 19h45	18h45 / 19h30	18h15 / 19h	18h30 / 19h15		
Step		Cuisses Abdos Fessiers		Cuisses Abdos Fessiers		
19h / 19h45	19h45 / 20h30	19h30 / 20h15	19h / 19h45	19h15 / 20h		
	Urban Dance		L.I.A.			
19h45 / 20h30	20h30 / 21h30	20h30 / 22h	19h45 / 20h30	20h / 21h		
PILOXING	Street Jazz*	Combat Défense	Ragga / Reggaeton	SandZen		



*Cours supprimés durant les vacances scolaires

BODY PEPS
Sports & Fitness
FÊTE SES 20 ANS



4, rue du Versant - RN113 - Saint-Brès 7317

Non Stop 8H > 22H ☎ 04 67 87 10 98

www.bodypeps.com  

DES NOUVEAUTÉS
UNE NOUVELLE ÈRE...

NOUVEAUX COURS

Yoga



TRX Functionnal Training



Mini trampoline



Combat Défense



Piloxing Pilâtes + Boxe

