

Retrouvez votre club L'Orange Bleue Aix en Provence Aix-en-Provence sur [fitnessfrance](http://fitnessfrance.com)

Planning Aix-en-Provence

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
09h30 30' YAKO+ INTÉGRAL	09h30 60' YAKO TRAINING		09h30 30' ABDOS FESSIERS	09h30 45' YAKO+ PUMP	09h45 45' YAKO+ INTÉGRAL + ABDOS FESSIERS	
10h00 30' ABDOS FESSIERS			10h00 45' STEP DÉB.	10h15 45' YAKO Attitude	10h30 30' YAKO UP!	10h30 45' YAKO CROSS TRAINING
10h30 45' YAKO Attitude	10h30 30' YAKO détente		10h45 30' YAKO détente		11h00 30' YAKO détente	
12h30 45' YAKO TRAINING	12h30 45' ABDOS FESSIERS	12h30 45' YAKO CROSS TRAINING	12h30 45' YAKO+ INTÉGRAL + ABDOS FESSIERS	12h30 45' YAKO+ PUMP		
15h00 30' YAKO+ INTÉGRAL	15h00 30' ABDOS FESSIERS		15h00 30' GYM DOUCE	15h00 45' YAKO CROSS TRAINING		
15h30 45' YAKO CROSS TRAINING	15h30 30' YAKO UP!		15h30 30' YAKO détente	15h45 30' ABDOS FESSIERS		
17h30 30' YAKO+ INTÉGRAL	17h30 45' YAKO Attitude	17h30 30' ABDOS FESSIERS	17h30 45' AERO	17h15 45' YAKO CROSS TRAINING		
18h00 30' ABDOS FESSIERS	18h15 45' YAKO+ PUMP	18h00 30' YAKO+ INTÉGRAL	18h15 45' YAKO CROSS TRAINING	18h00 30' YAKO+ INTÉGRAL		
18h30 45' YAKO CROSS TRAINING	19h00 30' YAKO JUMP	18h30 30' YAKO UP!	19h00 45' ABDOS FESSIERS	18h30 30' YAKO UP!		
19h15 45' STEP INTER.	19h30 30' ABDOS FESSIERS	19h00 45' YAKO CROSS TRAINING	19h45 45' YAKO+ PUMP	19h00 30' YAKO détente		
20h00 30' YAKO détente	20h00 30' YAKO UP!	19h45 45' YAKO Attitude				

Fréquentation à volonté

Horaires :

Du Lundi au Vendredi de 08h00 à 22h00

Samedi de 09h00 à 19h00

Dimanche de 10h00 à 17h00



Mon Coach
Fitness