

# Retrouvez votre club Neoneess Paris Madeleine Paris 9ème sur fitness france



## PLANNING DES COURS COLLECTIFS De l'ouverture du club au 01 Septembre 2019 CLUB NEONEESS MADELEINE

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
09:00	<b>new</b> Pilates 45 min.			09:00 Body Pump 45 min.	<b>new</b> Pilates 45 min.		
10:00	Body Sculpt 45 min.			<b>new</b> 10:00 Yoga 45 min.	<b>new</b> 10:00 Hiit 45 min.	<b>new</b> 10:00 Yoga 30 min.	
12:15	Body Pump 45 min.	12:15 Body Combat 45 min.	<b>new</b> 12:15 Pilates 45 min.	12:15 Body Attack 45 min.	<b>new</b> 12:15 Yoga 45 min.	10:45 Caf 45 min.	
13:15	13:15 Stretching 30 min.	13:15 Caf 30 min.	<b>new</b> 13:15 Hiit 30 min.	13:15 Body Sculpt 30 min.	13:15 Caf 30 min.	11:45 Body Attack 60 min.	
15:00	<b>new</b> 15:00 Circuit Sauter Corde 45 min.		15:00 Boot Camp 45 min.			14:00 Body Pump 45 min.	
16:00	16:00 Caf 45 min.		<b>new</b> 16:00 Hiit 45 min.			15:00 Body Combat 45 min.	
18:00	18:00 Body Attack 45 min.	<b>new</b> 18:00 Pilates 45 min.	18:00 Caf 30 min.	<b>new</b> 18:00 Hiit 30 min.	18:00 Caf 45 min.	16:00 Stretching 45 min.	
19:00	19:00 Body Sculpt 45 min.	19:00 Zumba 45 min.	18:45 Body Combat 45 min.	18:45 Body Pump 45 min.	19:00 <b>new</b> Hiit 45 min.		
20:00	20:00 Body Combat 45 min.	20:00 Body Pump 45 min.	19:45 Zumba 45 min.	19:45 Body Attack 45 min.	<b>new</b> 20:00 Yoga 60 min.		
21:00	<b>new</b> 21:00 Yoga 30 min.	<b>new</b> 21:00 Hiit 30 min.	20:45 Body Sculpt 45 min.	20:45 Stretching 30 min.			

**new** NOUVEAU

**COURS SUR RÉSERVATION**  
réservation recommandée  
mais pas obligatoire

### DOMINANTES

Cours de cardio-training

Cours de renforcement  
et bien-être

Cours de renforcement  
musculaire

Ce planning de cours collectifs est susceptible de subir des modifications en fonction des attentes des adhérents et des impératifs de production. **NB: Les durées des séances comprennent l'installation et le rangement.**