

Retrouvez votre club Training Natural Fit Avrainville sur fitness france

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
		10H - 11H TNF BALANCE	10H30 - 11H15 TNF BALANCE	10H - 11H PILATES	10H15 - 11H HIIT TRAINING	10H - 14H ACCÈS SALLE LIBRE
12H15 - 13H15 BODY SHAPE TRAINING	12H15 - 13H15 PLATEAUX COACH	12H15 - 13H15 CIRCUIT FORME	12H15 - 13H15 TNF' SUR MESURE	12H15 - 13H15 PLATEAUX COACH	11H - 11H45 BUSTE CUISSSES ABDO FESSIERS	
	12H15 - 13H15 YOGA	14H30 - 16H CROSSFIT KIDS		12H15 - 13H15 SOPHROLOGIE	11H45 - 12H30 STRETCHING	
18H15 - 19H CIRCUIT FORME	18H15 - 19H L.I.A	18H15 - 19H BODY SHAPE TRAINING	18H15 - 19H PUMP	18H15 - 19H GYM TONIC		
19H - 19H45 TNF COMBAT	19H - 19H45 GYM TONIC	19H - 19H45 CIRCUIT FORME	19H - 19H30 100% FESSSES TAILLES	19H - 19H45 L.I.A		
19H45 - 20H15 TNF BALANCE	19H45 - 20H ABDOS FLASH	19H45 - 20H15 100% FESSSES TAILLES	19H30 - 20H15 PILATES	19H45 - 20H15 100% FESSSES TAILLES		

La direction se réserve le droit de modifier le planning



HORAIRES D'OUVERTURES :

Lundi et Mardi : 9h30-21h30
 Mercredi, Jeudi et Vendredi : 9h30-21h
 Samedi et jours fériés : 9h30-16h
 Dimanche : 9h30-14h

Tel : 0169904019



TRAINING
NATURAL FIT®
be in your element

WWW.TRAININGNATURALFIT.COM
 3 Avenue du Bois de l'Épine -
 91080 Courcouronnes

TNF Avrainville club