

PLANNING DU 9 JUIN AU 30 AOUT 2021

Lundi – Mercredi

9h00-21h00

Mardi-Jeudi

9h00-13h30 et 17h00-21h00

Vendredi

9H00-20H00

Samedi

9h00-13h00

OUVERT LE DIMANCHE

JUSQU'AU 04/07.

Cours de yoga à 10h15

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
9H15-10H00 BODY TONIC	7h45-9h00 Kundalini yoga*	9H15-10H15 GYM HARMONIE	9H15-9H45 BODY POWER	9H15-9h45 TOP RIDE	10H00-10h45 BODY TONIC
10H15-11H00 GYM HARMONIE	9H15-10H00 FAC	10H30-11H45 Yoga*	9H45-10H15 ABDOS FESSIERS	10H00-10H30 STRETCHING	11h00 – 11h30 TOP RIDE
	10H00-10H30 STRETCHING				
	10H30-11H45 Yoga*				
12H30-13H00 CROSS TRAINING	12H30-13H00 ABDOS FESSIERS		12H30-13H00 BODY SCULPT	12H30-13H00 CROSS TRAINING	
16h00 – 17h15 Kundalini yoga*					
18h00-18h45 TOP RIDE	18h00-18h45 CARDIO DANCE	18h00-18h45 FAC	18h00-18h40 BODY SCULPT		
18h45-19h15 BODY ZEN	19h00-19h30 Abdos fessiers	18h45-19h30 BODY POWER	18h45-19h15 TOP RIDE		
		19h30 – 20h45 Kundalini yoga*			



104 RUE VICTOR BOISSEL – 53000 LAVAL

02.43.67.03.02

contact@acropole-laval.fr

www.acropole-laval.fr

*Les cours de yoga de Denis s'arrêtent le 4 juillet, Ceux d'Adeline le 30 juin