

PLANNING ÉTÉ Août 2024

FITNESS STUDIO by YOU Avenue des Terres Noires 81370 St Sulpice Tél. :06.47.28.72.59

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
BODY SCULPT 9h30 – 10h15	STEP DEBT 9H30 – 10h15	L.I.A. DEBT 9h30 – 10h15	C.A.F. 9h30 – 10h15	BODYBARRE 9H30 – 10h30	STEP AVANCE 10h00 – 10h45
GYM POSTURALE 10h15 – 11h00	PILATES 10h15 – 11h00	STRETCHING 10h15 – 10h45	PILATES 10h15 – 11h00	STRETCHING 10h30 – 11h00	BODY BARRE 11h00 – 12h00
					STRETCHING 12h00 – 12h15
C.A.F 12h30 – 13h15	BODY BARRE 12h30 – 13h15		BODY SCULPT 12h30 – 13h15	C.A.F 12h30 – 13h15	
					<i>1 samedi sur 2 De 10h00 à 12h15</i>
					HIIT RENFO 10h00 – 10h45
STEP INT. 18h15 – 19h15	C.A.F 18h15 – 19h00	BODY BARRE 18h15 – 19h15	LIA INT 18h15 – 19h00	STEP DEBT 18h15 – 19h00	HIIT CARDIO 11h00 – 11h45
BODY BARRE 19h15 – 20h15	L.I.A. DEBT./ZUMBA 19h00 – 19h45	PILATES 19h15 – 20h00	C.A.F 19h00 – 19h45	BODY BARRE 19h00 – 20h00	STRETCHING 11h45 – 12h00
			GYM POSTURALE 19h45 – 20h30		

Tarifs Abonnements

Cours collectifs en illimité

Annuel : 33 € / mois

Semestriel : 43 € / mois

Frais d'inscription 25 €

SEMAINES PAIRES	STEP AVANCE – BODY BARRE / STRETCH.
SEMAINES IMPAIRES	HIIT RENFO – HIIT CARDIO / STRETCH.

Fermeture : Pont de l'assomption du 15 au 17 Août 2024