



GADA FITNESS

PLANNING DES COURS COLLECTIFS

Gada Fitness - 45, rue de Clignancourt - 75018 Paris - Tél : 01 42 23 40 33

Métro : Château Rouge - Barbès-Rochechouart

www.gada-fitness.com

Du 13/07/17
Au 03/09/17

LUNDI

Pilates 60'	09h30-10h30
-------------	-------------

Zumba 60'	12h30-13h30
-----------	-------------

Pilates 60'	18h30-19h30
-------------	-------------

Cardio Attack 60'	19h30-20h30
-------------------	-------------

Fit' Balance 60'	20h30-21h30
------------------	-------------

JEUDI

Gym/Stretching 60'	10h30-11h30
--------------------	-------------

DIMANCHE

Gym/Stretching 60'	11h00-12h00
--------------------	-------------

Pilates 60'	12h00-13h00
-------------	-------------

MARDI

Gym/Stretching 60'	10h00-11h00
--------------------	-------------

AFC/PBD 45'	18h45-19h30
-------------	-------------

Cardio Combat 60'	19h30-20h30
-------------------	-------------

FC/AT 30'	20h30-21h00
-----------	-------------

VENDREDI

Biking 45'	19h00-19h45
------------	-------------

Abdo Flash 15'	19h45-20h00
----------------	-------------

A/F/C/T : Abdo/Fessiers/Cuisses/Taille
PBD : Poitrine Bras Dos

MERCREDI

Pilates 60'	12h30-13h30
-------------	-------------

Yoga 60'	19h00-20h00
----------	-------------

Zumba 60'	20h00-21h00
-----------	-------------

SAMEDI

Gym/Stretching 60'	10h30-11h30
--------------------	-------------

Pilates 60'	11h30-12h30
-------------	-------------

Zumba 60'	12h30-13h30
-----------	-------------

Horaires du club :

Lundi : 08h-21h30

Mardi/Mercredi/Jeudi : 08h-21h

Vendredi : 08h-20h

Samedi : 09h30-16h

Dimanche : 10h-14h

info@gada-fitness.com