

HORAIRES CLUB DU CHATEAU - 01 60 70 93 35

3 Place du Général de Gaulle
77300 - FONTAINEBLEAU

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Body Sculpt 9h45	Abdos-Fessiers 9h00	Body-Barre 10h00		Body Sculpt 9h45	Spécial Abdos 9h15	
Stretching 10h30	Circuit Training 9h45			Travail de Dos 9h45	Cuisses-Fessiers 10h15	
Body Barre 11h15	10h30	12h15	12h30	10h30	Body Barre 10h15	Circuit Training 11h00
12h15					11h30	Body Barre 12h00
Abdos-Fessiers 13h00	Body-Sculpt 12h30	Abdos-Fessiers 13h00	Abdos-Fessiers 12h30	Body Sculpt 12h30	du Lundi au Vendredi : 8h45 à 21h00 Samedi : de 9h00 à 14h00 Dimanche : de 10h00 à 13h00	
Body Barre 13h45	13h15	Stretching 13h00	13h15	Body Sculpt 13h15		
18h30		13h45	18h30	18h15		
	18h30	18h30		Body Sculpt 19h15		
Circuit Training 19h30	Body Barre 19h30	Ultimate Training 19h30	Body Sculpt 19h15	Spécial Abdos 19h45	Le Club se réserve le droit de modifier le planning des cours durant l'année	
Ultimate Training 20h30	Cuis-Abdo-Fess 20h30	Gainage Posturale 20h30	Step 20h30	Step 20h30		
					www.club-du-chateau.com	