












# LES ARCS

25 AV JEAN JAURES

04 94 47 50 24

## LE PLANNING

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
09H30	 C.T.A.F <sup>1h</sup>	 BODY SCULPT <sup>1h</sup>		 PILATE <sup>1h</sup>	 ABDO FLASH <sup>30 MIN</sup>  STRETCHING	
10H						 BODY BARRE <sup>1h</sup>
12H30	 CROSS TRAINING <sup>45'</sup>	 BIKE <sup>45'</sup>		 LESMILLS BODYCOMBAT <sup>1h</sup>	 BODY BARRE <sup>1h</sup>	
18H30	 BIKE <sup>45'</sup>	 ZUMBA <sup>1h</sup>	 CROSS TRAINING <sup>45'</sup>	 C.T.A.F <sup>1h</sup>	 LESMILLS BODYCOMBAT <sup>45'</sup>	
19H30	 BODY BARRE <sup>1h</sup>	 C.T.A.F <sup>1h</sup>				

PLANNING NON CONTRACTUEL  
A TITRE INDICATIF ET POUVANT ETRE MODIFIE A TOUT MOMENT



@LASALLELESARCS



WWW.LA-SALLE.FR



LASALLE.COTEDAZUR