

Horaire des Cours Collectifs 2018 - Sportoase Champ de la Lune

	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi	dimanche
9h-10h	Indoor Cycling (Pierre)	Pilates (Laurie)	Indoor Cycling (Léti)		Indoor Cycling (Slim)		Indoor Cycling (Léti)
10h-11h		Pilates (Laurie)	Pilates (Christelle)		Pilâtes (Lydia)	Running Spécifique (Tino)	Indoor Cycling (Léti)
11h-12h	Zumba (Gladys)		Yoga (Carmen)		Hatha yoga (Lydia)		Yoga (Carmen)
12h-13h						Zumba (Alisson/Gladys)	
13h-14h							
14h-15h	Aquasénior (Thierry)	Aquasénior (Thierry)		Hatha Yoga (Sô)	Aquasénior (Thierry)		
15h-16h						Aquasénior (Yolaine)	
15h15-16h15							
15h30-16h30							
17h-18h							
17h30 - 18h30	Zumba (Gladys)		Step (Sonia)				
18h00-19h00		Aqua Prénatal (Laura/Gene)					
18h30 - 19h30	Kick Power (Thierry)	Indoor Cycling (Tino)	Pilates (Sô)	Indoor Cycling (Tino)	Indoor Cycling (Tino)		
19h-20h	Bootcamp (Hakim)	Aquagym (Fred)	Aquagym (Thierry)	Aquagym (Fred)	Bootcamp (Hakim)	Aquagym (Thierry)	
19h30 - 20h30	Club power (Chris)	Zumba (Isabelle)	Running (Tino)	Club power (Aïcha)	Zumba (Laurence)	Running (Tino)	Kick Power (Thierry)
20h-21h	Aquagym (Fred)			Aquajogging (Fred)			Aquagym (Jean-Noel)
20h30 - 21h30	CAF (Chris)	Aquazumba (Isa)	Strong Zumba (Gladys)	CAF (Aïcha)	Aquazumba (Isabelle)		Zumba (Isa)



Sportoase Champ de la Lune

Rue d'Horrues, 53b

7090 Braine-Le-Comte

067/69.00.20

www.sportoase.be

Facebook: facebook.com/Sportoase

Twitter: #Sportoase

Lieu Force Cardio Mix Body & Mind Aqua

Tarif 75 Euros pour 10 séances de cours collectifs (valable 4 mois)

Réservations et annulations Via la borne de réservation, par téléphone ou via internet

