

Planning des cours Les Lilas

Du Lundi au Vendredi de 7h à 22h - Samedi de 9h à 18h et Dimanche de 10h à 15h

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
10h00 - 11h00 PILATES				10h00 - 11h00 GYM DOUCE	10h15 - 10h45 ABDOSFESSIERS	11h00 - 11h30 ABDOSFESSIERS
11h - 11h30 STRETCHING		11h00 - 12h00 PILATES	11h00 - 12h00 PILATES	11h - 11h30 STRETCHING	10h45 - 11h45 PUMP	11h30 - 12h15 CYCLING
12h30 - 13h00 ABDOSFESSIERS	12h30 - 13h00 ABDOSFESSIERS		12h30 - 13h00 ABDOSFESSIERS		11h45 - 12h30 INSANITY	12h15 - 12h45 STRETCHING
13h00 - 13h30 INSANITY	13h00 - 13h45 CYCLING		13h00 - 13h45 PUMP			
18h30 - 19h00 ABDOSFESSIERS	18h00 - 18h30 INSANITY	18h30 - 19h00 ABDOSFESSIERS	18h00 - 18h45 INSANITY	18h30 - 19h15 PILATES		
19h - 19h45 	18h30 - 19h BOXE&BIKE	19h00 - 19h45 CYCLING	18h45 - 19h30 STEP	19h15 - 19h45 STRETCHING		
19h45 - 20h30 CYCLING	19h - 19h45 BODY FIGHT	19h45 - 20h30 PUMP	19h30 - 20h15 			

www.hangarfit.fr
Téléchargez le planning
et découvrez le contenu
de chaque cours sur notre site.

MUSCU - CARDIO - FITNESS
Des cours collectifs Non Stop
Avec Coach !



Tél : 01.43.63.79.43 , 20 rue Jean Moulin 93260 Les Lilas

HANGAR
FITNESS
Les Lilas - Les Lilas - Les Lilas