

Retrouvez votre club Moving Nogent-sur-Marne sur fitness france

www.moving-nogent.fr						
PLANNING 2019						
LUNDI 09h00-21h30	MARDI 09h00-21h30	MERCREDI 10h00-21h30	JEUDI 09h00-21h30	 VENDREDI 09h00-21h00	SAMEDI 09h30-18h00	DIMANCHE 9h30-17h00
C.A.F 9h30 (45')	BODY SCULPT 9h30 (30')	VIDEO FITNESS	BODY SCULPT 9H30 (60')	T.A.F 9h30 (45')	BODY SCULPT 9h45 (45')	BODY SCULPT 9h45 (45')
BODYPUMP 10h15 (60')	ABDOS FESSIERS 10h00 (30')		<i>STRETCHING</i> 10h30 (45')	RPM 10h15 (45')	<i>STRETCHING</i> 10h30 (30')	<i>STRETCHING</i> 10h30 (30')
<i>STRETCHING</i> 11h15 (30')	<i>BODY YOGA</i> 2 10h30 (60')		FLASH ABDOS 11h15 (15')	<i>PILATES</i> 11h00 (45')	BODYATTACK 11h (45')	BODYCOMBAT 11h00 (30')
ABDOS FESSIERS 12h15 (30')	BODYPUMP 12h15 (45')	<i>PILATES</i> 12H15 (60')	<i>PILATES</i> 12h15 (45')	ABDOS FESSIERS 12h15 (30')	BODYPUMP 11h45 (45')	CXWORX 11H30 (30')
BODY SCULPT 12h45 (30')	FLASH ABDOS 13h00 (15')				BODY SCULPT 12h45 (30')	VIDEO FITNESS 11h45 (45')
COURS SUR VIDEO	COURS SUR VIDEO	COURS SUR VIDEO	COURS SUR VIDEO	COURS SUR VIDEO	<i>YOGA</i> 14h30 (60')	
					ZUMBA fitness 16H15 (60')	
BODY SCULPT 17h00 (30')	T.A. 17h30 (30')	ABDOS FESSIERS 17h00 (30')	SPECIAL BUSTE 17h00 (30')	BODY SCULPT 17H00 (45')	<div style="text-align: center;"> <p>01.48.73.15.22</p> <p>*RPM SUR RESERVATION SUR LE SITE</p> </div>	
ABDOS FESSIERS 17h30 (30')	FES. CUISSES 18h00 (30')	<i>STRETCHING</i> 17h30 (30')	<i>BODY YOGA</i> 2 17h30 (45')	CXWORX 17H45 (30')		
<i>STRETCHING</i> 18h00 (30')	CXWORX 18H30 (30')	BODYPUMP 18h00 (45')	FLASH ABDOS 18h15 (15')	RPM 18h15 (60')		
STEP FIT 18h30 (45')	BODYCOMBAT 19H00 (45')	ZUMBA fitness 18H45 (45')	BODYPUMP 18h30 (45')	<i>PILATES</i> 19h15 (45')		
<i>PILATES</i> 19h15 (45')	FLASH ABDOS 19h45 (15')	CARDIO DANSE 19H30 (30)	ABDOS FESSIERS 19H15 (30')			
BODY SCULPT 20H00 (45')	<i>BODY YOGA</i> SUR VIDEO 20H00 (45')	CROSS TRAINING 20h15(30-45')	BODYATTACK 19h45 (45')			
Planning non modifications	contractuel remplacement	donné à titre par video	indicatif fitness	nous nous en cas		