



LA SALLE - PLANNING DES COURS

A partir de septembre 2024

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

10h30 - 11h

Burn Abs

10h30 - 11h

C.A.F

10h - 10h45

WOD

12h30 - 13h15

Fight Cardio

12h30 - 13h15

WOD

12h30 - 13h15

Fight Conditioning

12h30 - 13h15

WOD

10h - 11h

Fight Technics

12h30 - 13h15

WOD

BIKING

17h30 - 18h

Burn Abs

BIKING

17h30 - 18h

C.A.F

14h - 17h

KIDS

18h - 18h45

BIKING

17h30 - 18h

C.A.F

14h - 17h

KIDS

18h15 - 19h

WOD

18h - 18h45

BIKING

18h15 - 19h

WOD

19h - 19h45

BIKING

18h15 - 19h

WOD

18h15 - 19h

WOD

19h15 - 20h

WOD

19h15 - 20h15

Fight Technics

19h15 - 20h

WOD

19h - 19h45

BIKING

20h15 - 21h15

Fight Technics

Fight Cardio



FIGHT



BE FIT



BIKING



lasalle.paysdegex



lasalle.paysdegex



bonjour@lasalle-fitness.com