

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
22 DÉC.	23 DÉC.	24 DÉC.	25 DÉC.	26 DÉC.	27 DÉC.	28 DÉC.

9 H 00 - 10 H 00 CARDIO TONING STÉPHANIE	8 H 00 - 9 H 00 CARDIO TONING STÉPHANIE	8 H 30 - 9 H 40 CROSS TRAINING BAO	 JOYEUX NOËL 	 9 H 15 - 11 H 00 DUO SPINNING + BOOTCAMP DUMAS & ALEXANDRA SUR INSCRIPTION PLACES LIMITÉES	9 H 15 - 10 H 15 YOGA POUR TOUS FÉDÉRICA	9 H 00 - 10 H 00 PILATES JULIA
10 H 00 - 11 H 00 ZUMBA RICHEL	9 H 00 - 10 H 00 ÉTIREMENTS STÉPHANIE	9 H 45 - 10 H 45 ÉTIREMENTS ANDRÉ		10 H 00 - 11 H 00 YOGA FREDERICA	9 H 30 - 10 H 30 BOOTCAMP MÉLISSA	9 H 30 - 10 H 30 SPINNING ALEXANDRA
11 H 00 - 11 H 30 TONING RICHEL	10 H 00 - 11 H 00 MISE EN FORME AMBER			11 H 00 - 12 H 00 ZUMBA RICHEL		9 H 30 - 10 H 30 BOOTCAMP DUMAS

16 H 30 - 17 H 30 INTERVALLES MAGALIE	
17 H 30 - 18 H 00 PILATES FITNESS EXPRESS ATHINA	17 H 45 - 18 H 45 SPIN ALEXANDRA
18 H 00 - 19 H 00 BOOTCAMP DUMAS	18 H 00 - 19 H 00 CROSS TRAINING BAO
18 H 00 - 19 H 00 SPINNING CANDLE LIGHT TANYA	18 H 30 - 19 H 45 YOGA FLOW FÉDÉRICA
19 H 00 - 20 H 15 ZUMBA SABINE	

RESTEZ CONNECTÉ

Joignez notre groupe Facebook et restez à l'affût de toute modification et nouveauté.

SCANNEZ LE CODE QR


LÉGENDE

SALLE D'AÉROBIE	SALLE DE YOGA	SALLE DE SPINNING	SPÉCIAL
------------------------	----------------------	--------------------------	----------------

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
29 DÉC.	30 DÉC.	31 DÉC.	1 JAN.	2 JAN.	3 JAN.	4 JAN.

9 H 00 - 10 H 00 CARDIO TONING MÉLISSA	9 H 00 - 10 H 00 YOGA FEDERICA	8 H 30 - 9 H 40 CROSS TRAINING ATHINA	 BONNE ANNÉE 	 9 H 15 - 11 H 00 DUO SPINNING + BOOTCAMP DUMAS & ALEXANDRA SUR INSCRIPTION PLACES LIMITÉES	9 H 15 - 10 H 15 YOGA POUR TOUS ÉLISA	9 H 00 - 10 H 00 PILATES JULIA
10 H 00 - 11 H 00 ZUMBA SABINE	10 H 00 - 11 H 00 MISE EN FORME AMBER	9 H 45 - 10 H 45 ÉTIREMENTS ANDRÉ		SPINNING + BOOTCAMP DUMAS & ALEXANDRA SUR INSCRIPTION PLACES LIMITÉES	9 H 30 - 10 H 30 BOOTCAMP MÉLISSA	9 H 30 - 10 H 30 SPINNING ALEXANDRA
11 H 00 - 11 H 30 TONING SABINE				10 H 00 - 11 H 00 YOGA FEDERICA		9 H 30 - 10 H 30 BOOTCAMP DUMAS
				11 H 00 - 12 H 00 ZUMBA SABINE		11 H 00 - 12 H 30 ZUMBA FITNESS TONING SABINE
18 H 00 - 19 H 00 BOOTCAMP DUMAS	17 H 45 - 18 H 45 SPIN ALEXANDRA					
18 H 00 - 19 H 00 SPINNING CANDLE LIGHT TANYA	18 H 00 - 19 H 00 CROSS TRAINING DUMAS					
18 H 00 - 19 H 30 HATHA FLOW ÉLISA	18 H 30 - 19 H 45 YOGA FLOW ÉLISA					
19 H 00 - 20 H 15 ZUMBA SABINE						

RESTEZ CONNECTÉ

Joignez notre groupe Facebook et restez à l'affût de toute modification et nouveauté.

SCANNEZ LE CODE QR

LÉGENDE

SALLE D'AÉROBIE	SALLE DE YOGA	SALLE DE SPINNING	SPÉCIAL
 450-687-9913	 INFO@TENNIS13.COM	 TENNIS13.COM	 TENNIS13FITNESS
			 TENNIS 13 FITNESS