

PLANNING VALSERHONE À PARTIR DU 30 JUIN 2025

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
10:00	C.A.F	BODY SCULPT	PILATES	WOD	WOD	C.A.F
11:00	CIRCUIT TRAINING	WOD	LESMILLS BODYPUMP	LESMILLS BODYBALANCE	C.A.F	CARDIO SURPRISE
12:15	WOD		WOD			
18:00	LESMILLS BODYCOMBAT	C.A.F	WOD	RPM	BODY SCULPT	
19:00	WOD	LIA	 ZUMBA®	PILATES	STEP	