

COURS DE FITNESS SALLE DE SPORT PISCINE SAINT-CHARLES

Les cours sont adaptés à la remise en forme et au bien-être, réservation uniquement sur le site <https://sports.mairie.mc>
Toutes les réservations non annulées au minimum 4h avant le début du cours seront débitées automatiquement.

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
		09h30 - 10h15 Oxygène		09h30 - 10h15 Stretching
	10h30 - 11h15 Stretching	10h30 - 11h15 Body Sculpt		10h30 - 11h15 Pilates
	11h30 - 12h15 Pilates	11h30 - 12h15 Stretching		
	12h30 - 13h15 Body Sculpt	12h30 - 13h15 Pilates		12h30 - 13h15 Spinning
17h30 - 18h15 Pilates			17h30 - 18h15 Body Sculpt	
18h30 - 19h15 Oxygène			18h30 - 19h15 Pilates	
19h30 - 20h15 Body Sculpt				