

Tél : 04 50 21 15 71 - lepalais@megeve.fr

Mercredi	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
Stretching 8H30-9H30	Biking 8h30-9h	Cardio Boxe 8h30-9h	Pilates 8h30-9h
Gym Sénior 9h30-10h30	CAF 9h-9h30	Scuptl Fit Abdos + 9h-9h30	CAF 9h-9h30
	Pilates 9h30-10h	Racer Walker ** 9h30-10h	Cardio Boxe 9h30-10h
	Sculpt Fit Abdos + 18h30-19h	Pilates 18h30-19h	Biking 16h-16h30
Yoga 19H-20H	Race Walker ** 19h-19h30	Biking 19h-19h30	Cross Training ** 16h30-17h
Zumba 19H30-20H30	Cross Training ** 19h30-20h	Cardio Boxe 19h30-20h	Pilates 17h-17h30

Salles	Petit Croisse Baulet	Mont Joux	Aiguilles Croches	Christomet	Grand Croisse Baulet
--------	-------------------------	-----------	----------------------	------------	-------------------------

Pour information : un minimum de 3 personnes est requis pour ces cours.

En dessous, ou en cas d'absence du professeur, vous serez redirigés vers le Plateau Musculation ou d'autres cours de Fitness.

** Cours pour confirmés