

L'inscription donne accès à tous les cours adultes sauf Séniors et Séniors Equilibre

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	
	9h00-10h00 BodySculpt Nadège	11h00-12h00 Renforcement Musculaire Benjamin		9h00-10h00 Fitness Nadège	9h00-10h00 SoftGym Benjamin
	10h30-11h30 Cours Séniors Equilibre Joëlle			10h00-11h00 Zumba Nadège	
		15h30-16h30 Cours Séniors Dominique			
		18h30-19h30 *Cuisses Abdos Fessiers Joëlle			
19h30-20h30 Remise en forme Joëlle	19h00-20h00 BodySculpt Christelle		18h45-19h45 BodySculpt Christelle		
20h30-21h30 Step Benjamin					

* Swissball 1 fois par mois

Salle St Simon Prévessin

Salle plurivalente Ornex

Salle René Lavergne Ornex

Salle de la Forge Versonnex