

# GRILLE DE COURS 09/2024 - 01/2025\*



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
<b>08h40 Techno "wake up"</b> <b>09h00 Morning Light</b> <b>10h15 OMNIA TRX</b> <b>10h45 Zumba</b> <b>12h00 OMNIA VITA</b>  <b>16h40 Techno "Move"</b> <b>17h00 Health Teen club</b> <b>18h00 Studio Pilates</b> <b>18h15 OMNIA "Energy"</b> <b>19h00 YOGA Vinyasa</b> <b>20h00 OMNIA TRX</b>	<b>08h40 Techno "wake up"</b> <b>09h00 Studio Pilates</b> <b>10h00 OMNIA "école du dos"</b> <b>10h45 YOGA Vinyasa</b> <b>12h00 OMNIA Strong</b>  <b>16h40 Techno "Move"</b> <b>17h00 Health Teen club</b> <b>18h00 Zumba</b> <b>18h15 OMNIA "école du dos"</b> <b>19h00 Body Sculpt</b> <b>20h00 OMNIA Stretch</b>	<b>08h40 Techno "wake up"</b> <b>09h00 Qi-Gong</b> <b>10h15 OMNIA SLIM</b> <b>10h45 T.A.F.</b> <b>12h00 OMNIA TRX</b>  <b>16h40 Techno "Move"</b> <b>17h00 Health Teen club</b> <b>18h00 Ecole du dos</b> <b>19h00 Zumba</b> <b>19h15 OMNIA TRX</b> <b>20h00 Réduction du stress (1/2 semaine)</b>	<b>08h40 Techno "wake up"</b> <b>09h00 Studio Pilates</b> <b>10h15 OMNIA VITA</b> <b>10h45 Body Sculpt</b> <b>12h00 OMNIA Strong</b>  <b>16h40 Techno "Move"</b> <b>17h00 Health Teen club</b> <b>18h00 Body Sculpt</b> <b>18h15 OMNIA "école du dos"</b> <b>19h00 Yoga/Pilates</b> <b>20h00 OMNIA Haut du corps</b>	<b>08h40 Techno "wake up"</b> <b>09h00 Morning Light</b> <b>10h00 OMNIA "école du dos"</b> <b>10h45 Studio Pilates</b> <b>12h00 OMNIA SLIM</b>  <b>16h40 Techno "Move"</b> <b>17h00 Health Teen club</b> <b>18h30 Omnia Energy</b> <b>20h00 OMNIA Stretch</b>	<div style="background-color: #004a99; color: white; padding: 5px; text-align: center; font-weight: bold; font-size: 1.2em;">DIMANCHE</div> <b>09h30 B. Balance</b> <b>10h30 OMNIA VITA</b> <b>11h00 Studio Pilates</b> <b>12h00 OMNIA TRX</b>  <b>09h30 Studio "Yoga and stretch"</b> <b>10h30 OMNIA VITA</b> <b>11h00 YOGA Vinyasa</b> <b>12h00 OMNIA Strong</b>
Vos cours toujours en ligne via l'application de votre club: <a href="http://www.kinebsports.com/mywellness-bsports">www.kinebsports.com/mywellness-bsports</a>	Restez à la page des possible changement sur notre site: <a href="http://www.kinebsports.com/cours-collectifs">www.kinebsports.com/cours-collectifs</a>				

\*Editeur responsable - HFM Srl - Grille de cours collectifs sujette à adaptation sans préavis autres que ceux prévu dans les applications mobiles et web mises à disposition des membres.