



TCBB - Planning Fitness - Saison 2018/2019 - Programme à partir du 11 mars

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
	8h45 Spécial Dos Muriel	8h45 Gym Pablo	8h45 Gym Maxime	8h45 Tonique Stretching Muriel	9h15 Gym Marie ou Fabio	
9h Cardio Sculpt Marie	9h45 Gym + Stretching Muriel	9h45 Gym Pablo		9h45 Tonique Stretching Muriel		
10h30 Gym Marie		10h45 Gym Stretching Ana	10h Stretching - Pilates Fabio	10h45 Cardio Sculpt Marie	10h15 abdos/fessiers/cuisses Marie ou Fabio	10h15 Gym Marie ou Fabio
		11h45 Pilates Ana			11h15 Gym Marie ou Fabio	11h15 Gym Marie ou Fabio
	12h30 Yoga Lydia			12h30 Gym Marie	12h15 Stretching Marie ou Fabio	12h15 Pilates si Marie Stretching si Fabio
					<div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; background-color: #fff;"> <p style="color: red; font-weight: bold; margin: 0;">Retrouvez ce programme et d'autres informations sur le site Internet du club : www.tcbb.org</p> </div>	
19h à 20h30 Vinyasa Yoga Tous niveaux Kamel <i>2 tickets</i>	19h Gym Marie	19h à 20h30 Yoga Tous niveaux Lydia <i>2 tickets</i>	19h15 Gym/Cardio Marie	18h30 Pilates Emeric		
	20h Zumba Marie					

Tarifs :

Carnets de 25 tickets 175€ = 7€ la séance

Carnets de 10 tickets 80€ = 8€ la séance

1 ticket = 9€

Pass Fitness : 390€ (à volonté)

Attention ! Pendant les vacances scolaires certains cours sont annulés.

Consultez le site Internet : www.tcbb.org