FITCOACHING STUDIO

OPTITRAINER

Grille des cours à petits groupes 2018-2019*

Niveau: **Débutant/inter** | **Inter/avancés** | **Avancés**

Privé : Possibilité d'ouvrir un cours sur demande, dès 5 personnes et selon disponibilité de nos horaires !

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Matin							
Midi							
Soir	18h15 - 19h00 20h15 - 21h00	18h45 - 19h30	18h30 - 19h15	20h15 - 21h00	18h30 - 19h15		

Nos cours sont un mélange de plusieurs méthodes d'entraînement: **Functional Training, Tabata, Hiit Workout,...**

Les cours sont sur inscription, sur place ou par téléphone ou sms: 078 718 54 84

Pour une question de qualité du suivi, les places sont limitées à 10 personnes

*Nos horaires peuvent évoluer en fonction de la demande et de la disponibilité.

1er cours gratuit