



TCBB - Planning Fitness - Programme des cours du lundi 17 au dimanche 23 mai

Les cours se déroulent au site Longchamp en extérieur sur la pelouse devant les tentes animation... en cas de pluie, ils seront annulés.

Encore 3 séances en soirée continuent à se faire en visio via Zoom (liens d'accès aux séances sur le site du TCBB)

LUNDI 17 MAI	MARDI 18 MAI	MERCREDI 19 MAI	JEUDI 20 MAI	VENDREDI 21 MAI	SAMEDI 22 MAI	DIMANCHE 23 MAI
8h45 Gym Cardio Marie		8h45 Gym Gundo	8h45 Gym Maxime			
		9h45 Gym Gundo	9h45 Stretching/Pilates Maxime		10h15 Cuisses Abdos Fessiers Marie	10h15 Gym Christelle
	10h45 Body Sculpt Marie	10h45 Gym Stretching Gundo		10h45 GymBa (gym+zumba) Marie	11h15 Stretching Marie	11h15 Stretching Christelle
12h Gym Posturale Marie					<div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; margin-bottom: 10px;"> <p style="color: green;">Pour info, programme du lundi de Pentecôtes 24 mai :</p> <ul style="list-style-type: none"> - 10h15 Gym avec Christelle - 11h15 Stretching avec Christelle </div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px;"> <p style="color: red; text-align: center;">Retrouvez ce programme et d'autres informations sur le site Internet du club :</p> <p style="color: blue; text-align: center;">www.tcbb.org</p> </div>	
19h à 20h30 Yoga Tous niveaux Sacha En visio via Zoom	19h15 Gym Marie En visio via Zoom	19h à 20h30 Yoga Tous niveaux Sasha En visio via Zoom	19h15 Body Boost Marie			

Tarifs : 1 ticket par séance à donner au début du cours

Carnets de 25 tickets 180€ = 7,2€ la séance

Carnets de 10 tickets 82€ = 8,2€ la séance

1 ticket = 10€

OUVERTURE PROBABLE DE L'ESPACE FITNESS LE 9 JUIN 2021