


PLANNING DES COURS COLLECTIFS 2019 / 2020

Reprise des cours lundi 9 septembre


LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
-------	-------	----------	-------	----------

 **COMPLEXE SPORTIF LAMY** - 215 Rue Paul Bert - Lyon 3ème

12H15 - 13H15 TOTAL BODY Stéphanie	12H15 - 13H15 YOGA Caroline	12H15 - 13H15 PILATES Sonia	12HH - 13H15 CROSS TRAINING Nicolas
-------------------------------------------------	------------------------------------------	------------------------------------------	--------------------------------------------------

 **HALLE DES SPORTS** - 91 Bd. Marius Vivier Merle - Lyon 3ème

12H15 - 13H15 PILATES Virginie	12H - 12H45 STEP 1/2* ZUMBA 12H45 - 13H30 FITBOXING 1/2* CROSS TRAINING Sonia	*1/2 Activités en alternance une semaine sur deux. (une semaine c'est Step et FitBoxing une semaine Zumba et Cross Training)	12H15 - 13H15 PILATES Claire
---------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------

 **HALLE AUX FLEURS** - 24 Rue Smith - 69002 Lyon 2ème

12H15 - 13H15 CUISSES ABDOS FESSIERS STRETCHING Samir	12H15 - 13H15 PILATES Virginie
----------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------

Nos Tarifs & Forfaits

1 COURS / SEMAINE 160€*	2 COURS / SEMAINE 190€*	3 COURS / SEMAINE 230€*	ILLIMITÉ 260€*
----------------------------	----------------------------	----------------------------	-------------------

*À CE TARIF, IL FAUT AJOUTER 15€ D'ADHÉSION À RÉGLER LORS DE L'INSCRIPTION



WWW.ASFITNESS.FR

04.74.54.74.93 / 06.18.01.05.93 / CONTACT@ASFLYON.FR