VITA FORME

SAISON 2023 2024

ZI de l'Hippodrome
3, rue Federico Garcia Lorca
32000 Auch

Récré // Café

GARDERIE MINUTE VITAFORME

MERCREDI, SAMEDI, DIMANCHE
de 10H00 À 18H30
en période scolaire
Tous les jours pendant les vacances scolaires.

LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI		SAMEDI	
STUDIO	CINE	STUDIO	CINE	STUDIO	CINE	STUDIO	CINE	STUDIO	CINE	STUDIO	CINE
9H00 (45') FLY HEART®	9H00 C.A.F.			9H15 (60') C.A.F. STRETCHING (zoom)							
10H00 (45') BODY SCULPT (zoom)		10H00 (45') ZUMBA GOLD®/ PILOXING® BARRE	10H00 C.A.F.	10H30 (45') ZUMBINI® [0 À 4 ANS]	10H30 PILATES			10H00 (45') PILATES (zoom)		10H00 (30') C.A.F. (zoom)	
11H00 (45') BODYART® (zoom)		11H00 (45') PILATES (zoom)						11H00 (45') ZUMBA® GOLD		10H40 (45') STRETCHING (zoom)	
12H30 (45') BODY PUMP®		12H30 (45') STEP		12H30 (45') C.A.F. (zoom)		12H30 (45') FUSION	12H30 PILOXING® SSP	12H30 (45') FLY HEART®	12H30 BODY SCULPT		
				13H30 (45') FLY HEART® KIDS [7 À 9 ANS]							
				14H30 (45') FLY HEART® ADOS I [10 À 12 ANS]							
				15H30 (45') FLY HEART® ADOS II [+13 ANS]							
				16H30 (40') ZUMBA® KIDS [5 À 9 ANS]							
17H00 (45') ZUMBINI® [0 À 4 ANS]	17H00 PILATES			17H15 (45') ZUMBA® ADOS [+10 ANS]	17H15 BODY SCULPT						
18H00 (45') BODY PUMP®		18H00 (45') GYM TONIC		18H15 (30') C.A.F. (zoom)	18H15 PILATES	18H00 (45') STEP (zoom)		18H00 (45') TECH. DOUCES (zoom)			
18H50 (45') ZUMBA FITNESS®		18H45 (45') C.A.F. (zoom)	18H45 STRETCH	18H45 (45') PILOXING® SSP		18H50 (45') BODY SCULPT (zoom)	18H50 PILATES	19H00 (45') BODY PUMP® (zoom)	19H00 PILOXING® SSP		
19H45 (45') FUSION	19H45 C.A.F.	19H30 (50') AFROVIBE		19H45 (45') FLY HEART®	19H45 STRETCH	19H45 (45') ZUMBA FITNESS®					
		20H30 (45') FLY HEART®	20H30 C.A.F.								

NOTES

LES COURS AVEC LE LOGO (zoom) SONT EN LIVE AU STUDIO ET EN VIRTUEL. ILS SONT INCLUS DANS VOTRE ABONNEMENT FULL ET VITAFORME@HOME

Le planning est susceptible de changer au cours de la saison. Le studio sera fermé 1 semaine durant les vacances de Noël et 3 semaines durant celles d'Été.