



STUDIO

SALLE DE FITNESS ACCESSIBLE DU LUNDI AU MERCREDI DE 11H45 À 14H15



SEMAINE DU
22.12-28.12

	12H			13H			14H			18H			19H			20H			21H			
		15	30	45		15	30	45			15	30	45		15	30	45		15	30	45	
LUNDI			PILATES										ZUMBA					YOGA				
		AQUA FIT				AQUA JUMP																
MARDI			GROUP CYCLE										BODY SHAPE									
		AQUA BIKE									AQUA JUMP			AQUA BIKE			AQUA BIKE					
						AQUA CIRCUIT																
MERCREDI																						
JEUDI	JOUR DE NOËL																					
VENDREDI	SECOND JOUR DE NOËL																					
DIMANCHE	10H45 - 11h30			11H45 - 12h30						15H45 - 16h30						16H40 - 17H15						
	AQUA CIRCUIT			AQUA FIT																		

■ COURS FITNESS

■ COURS AQUATIQUE

INFOS & RÉSERVATION SUR [SHOP.COQUE.LU](https://shop.coque.lu)

**STUDIO**SALLE DE FITNESS ACCESSIBLE DU LUNDI AU **MERCREDI ET VENDREDI** DE 11H45 À 14H15**SEMAINE DU**
29.12-04.01

	12H			13H			14H			18H			19H			20H			21H								
		15	30	45		15	30	45			15	30	45		15	30	45		15	30	45						
LUNDI			PILATES									ZUMBA						YOGA									
		AQUA FIT				AQUA JUMP																					
MARDI			GROUP CYCLE									BODY SHAPE															
		BACK FIT																									
		AQUA BIKE					AQUA CIRCUIT				AQUA JUMP				AQUA BIKE												
MERCREDI																											
JEUDI									JOUR DE NOUVEL AN																		
VENDREDI																											
		AQUA FIT				AQUA CIRCUIT																					
DIMANCHE		10H45 - 11h30				11H45 - 12h30				15H45 - 16h30						16H40 - 17H15											
		AQUA CIRCUIT				AQUA FIT				AQUA BIKE						AQUA JUMP											

■ COURS FITNESS

■ COURS AQUATIQUE

INFOS & RÉSERVATION SUR [SHOP.COQUE.LU](https://shop.coque.lu)