

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE

8H00 - 9H00

9H00 - 10H00

10H00 - 11H00

11H00 - 12H00

12H00 - 13H00

13H00 - 14H00

14H00 - 15H00

15H00 - 16H00

16H00 - 17H00

17H00 - 18H00

18H00 - 19H00

19H00 - 20H00

20H15 - 21H15

21H00 - 22H00

ADRI GYM

LES MILLS
BODYPUMP

CROSSTRAINING

PILATE

BODY BALANCE

BODYSCULPT

YOGA/ RPM

S.ABDO

STRETCHING

S.ABDO

TBC

HIIT

BODY BALANCE

LES MILLS
GRIT CARDIO

BOOTCAMP

ADRI GYM

TAF

SPINNING /
FAT BURNER

SPINNING /
C.A.F

FAT BURNERS

C.TRAINING /
SPINNING

C.TRAINING

HIIT

TBC

TAF

LES MILLS
GRIT PLYO

TAE BOE

SPINNING /
BOXING

TAE BO / RPM

S.CUISSSES

SPINNING /
BOOT CAMP

PILATE /
S.ABDO

STEP N°1

BOOTCAMP

STEP N°2

TABATA

STEP N°3

LES MILLS
BODYCOMBAT

TABATA

LES MILLS
BODYPUMP

B.ATTACK /
RPM

LES MILLS
BODYPUMP

LES MILLS
BODYPUMP

LES MILLS
BODYCOMBAT

AFRO DANCE /
RPM

LES MILLS
BODYATTACK

RPM /
ORIENTALE

LES MILLS
BODYPUMP

LES MILLS
BODYCOMBAT

ORIENTALE

LES MILLS
BODYATTACK

SALSA

ZUMBA

YOGA

ZUMBA

AFRO DANCE

S.ABDO

STRETCHING

Lundi - Vendredi : 10h-22h

Samedi - Dimanche : 10h-22h

MIXTE

05 39 30 26 13

Tanger City Mall, 1 Étage , Tanger