

TEAM TRAINING COLMAR

Ta team, ton training !



LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

DIMANCHE

7H00 > 7H30
TRX
Suspension Training®

7H00 > 7H30
CROSS TRAINING

7H00 > 7H30
Hiit & WALK

9H00 > 9H30
TRX
Suspension Training®

9H30 > 10H00
Hiit & WALK

07H30 > 12H30 : PAS DE COURS

12H30 > 13H00
TRX
Suspension Training®

12H30 > 13H00
BOXING

12H30 > 13H00
BALANCE

12H30 > 13H00
CROSS TRAINING

12H30 > 13H00
Hiit & ABS

9H45 > 10H15
Hiit ATHLETIC

1 semaine sur 2

13H00 > 17H30 : PAS DE COURS

17H30 > 18H00
Hiit & ABS

17H30 > 18H00
TRX
Suspension Training®

17H30 > 18H00
Hiit & WALK

18H15 > 18H45
BOXING

18H15 > 18H45
CYCLING

18H15 > 18H45
CYCLING

18H15 > 18H45
Hiit & ABS
18H15 > 18H45
Hiit & WALK

18H15 > 18H45
STEP

18H15 > 18H45
CARDIO BOXE

19H00 > 19H30
Hiit FORCE

19H00 > 19H30
CROSS TRAINING

19H00 > 19H30
CARDIO BOXE

19H00 > 19H30
Hiit FORCE

19H00 > 19H30
TRX
Suspension Training®

19H45 > 20H15
Hiit & ROW

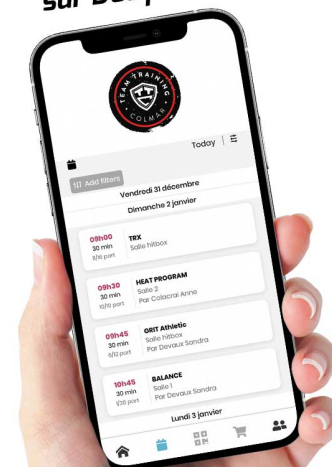
19H45 > 20H15
BALANCE

19H45 > 20H15
CYCLING

19H45 > 20H15
Hiit & ROW

19H45 > 20H15
BALANCE

Réserve ton cours sur Deciplus !



Merci de se référer au planning de réservation sur l'application pour une actualité en temps réel.

La direction se réserve le droit de modifier les horaires en fonction des impératifs de fonctionnement et de refuser l'accès aux cours dont la capacité maximum est atteinte. Document non contractuel. HIIT: (Entraînement d'intervalles à haute intensité)

SUR RDV
COACHING
INDIVIDUEL
PERSONNALISÉ

140 rue du Logelbach à Colmar / +33 (0)6 75 420 123 / teamtrainingcolmar@gmail.com
www.teamtrainingcolmar.com / fb/teamtrainingcolmar