

# Planning Espace Kiné Sport Santé 2016

Jour	Heure	Cours collectifs
Mercredi	17h30	Stretching
	18h30	Swiss Ball
	19h30	Zumba
Jeudi	18h	Abdo fessiers
	19h	Power hoop
Vendredi	17h	Yoga postural
	18h	Ecole du Dos, gym ballon Mail 14®
	19h	Gym special dos
Samedi	9h	Abdo fessiers
	10h	Circuit training
	11h	Low aerobic Impact (LIA)

L'activité de cours collectifs étant nouvelles, d'autres cours viendront s'incrémenter en fonction de la demande.

Pilates, bokwa, etc seront ouverts d'ici le mois d'octobre.

N'hésitez pas à vous inscrire sur notre liste de diffusion.

## Légende:

Cours doux		Cours Intermédiaire		Cours Dynamique	
------------	--	---------------------	--	-----------------	--

**Réservation en ligne: [www.kinesportsante.com](http://www.kinesportsante.com)**

**Ou**

**06.59.50.84.55**

**[www.kine-barbier.fr](http://www.kine-barbier.fr)**