

BLUE GYM

SAISON 2024/2025 reprise des cours le 09 septembre 2023



SALLES

S1 : Espace Sportif Urios

S2 : Chai de la Gare

**S3 : Mescladis Salle
Fraissinhes**

LUNDI

**09h-10h Renforcement
Musculaire
10h10-11h10 Pilates
(S1)**

COMPLET

JEUDI

**19h30-20h30 Body Scult
(S1)**

COMPLET

MARDI

**19h00 -19h45 Cardio Fit
Training
19h50-20h35 Pilates
(S2)**

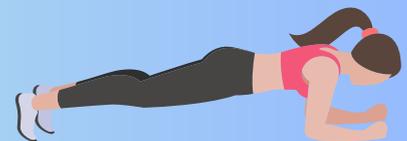
VENDREDI

**09h30-10h30
Renforcement Musculaire
10h30- 11h30 Stretching
(S1)**

COMPLET

MERCREDI

**13h30-17h30 Gym
Enfants (S1)
18h45-19h45 ZUMBA (S2)
20h15-21h15 Body
Fitness (S3)**



Caroline Bernabeu (enfants) : 06.81.85.20.15

Caroline Esteve (adultes) : 06.75.63.60.98

Mail : bluegymherault@gmail.com

Ne pas jeter sur la voie publique