



VILLA
PRIMROSE
BORDEAUX



FIT NESS

TRAINING CLUB - YOGA - BIKING

ACCESSIBILITÉ

Tous les cours de **Fitness Club, yoga et biking** sont inclus dans la cotisation des membres joueurs *

Ils sont **EN OPTION** pour les MEMBRES NON-JOUEURS au prix de 250€/an.

NOUVEAUTÉ* : Un cours de Biking supplémentaire, les jeudis de 20h00 à 20h45.



* hors vacances scolaires	LUNDI		MARDI	MERCREDI	JEUDI	SAMEDI
9h-9h45				Yoga (dynamique)		Biking
10h-10h45				Yoga (mobilité/renfo)		Training (cardio + renfo)
11h-11h45				Biking		Training (cardio + renfo)
12h30-13h15			Pilates			
18h-18h45				Training (cardio + renfo)		
19h-19h45	Yoga (hatha flow)	Prépa Tennis / Padel		Training (cardio + renfo)	Biking	
20h-20h45					Biking	

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS AUPRÈS DU SECRÉTARIAT - 05 56 08 00 18

