

Aéroforme

Nancy Boucher
Spécialiste en conditionnement
physique sur musique

98, 14^e rue
Rouyn-Noranda
Québec, J9X 2J1
Tél. : 819.797.0991

A

SPINNING



H I V E R

HORAIRE HIVER 2012

Les cours débutent le 16 janvier et se terminent le 25 mars 2012

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	SAMEDI
		9h à 10h SPINNING ABDOS (débutant - Interm.) (Joëlle)		10h à 11h SPINNING Surprise (Multi-Profes)
		12h05 à 12h50 SPINNING LUNCH (Débutant - Interm.) (Karelle)		
	16h30 à 17h15 SPINNING (Débutant - Interm.) (Roxanne)			
17h15 à 18h15 SPINNING (Débutant - Interm.) (Mélissa)		17h15 à 18h15 SPINNING (Débutant - Interm.) (Mélissa)		
18h15 à 19h15 SPINNING (Débutant - Interm.) (Mélissa)	18h15 à 19h15 SPINNING ABDOS (Débutant - Interm.) (Marie-Claude)	18h15 à 19h15 SPINNING (Débutant - Interm.) (Mélissa)	17h45 à 18h45 SPINNING ABDOS (Débutant - Interm.) (Nydia)	
19h15 à 20h15 SPINNING (Débutant - Interm.) (Mélissa)	19h15 à 20h15 SPINNING ABDOS (Débutant - Interm.) (Émilie)	19h15 à 20h15 SPINNING ABDOS (Débutant - Interm.) (Marlène)		
20h15 à 21h30 SPINNING ABDOS (Intermédiaire) (Émilie)				

1h15

CHOSSES À APPORTER

- Bouteille d'eau
- Espadrilles propres
- Serviette
- Recouvrement de siège en gel OU cuissard de cycliste

À NOTER

Aéroforme Nancy Boucher se réserve le droit d'effectuer des changements sur les horaires et ce, sans préavis.