

FAITES-VOUS PLAISIR AVEC Atlantide

PLANNING

new
Atlantide

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

ACCÈS 7/7
+2€/MOIS
week-ends et jours fériés
de 7 h 30 à 19 h

12H30-13H15
KICKBOXING

12H30-13H15
BODY
REGUL

12H30-13H15
F. A. C.

12H30-13H15
LES MILLS
BODYPUMP

12H30-13H15
LES MILLS
BODYATTACK

10H30-11H15
PUMP/ABDOS

11H30-12H30
SPARRING

BODY PUMP
SCULPTEZ VOTRE CORPS

F.A.C.
SCULPTEZ VOS FESSIERS,
ABDOS ET CUISSSES

BODY ATTACK
PLUS DE SOUFFLE
ET D'ÉNERGIE

BODY REGUL
HARMONIE DU CORPS
ET DE L'ESPRIT

CX WORK
RENFORCEMENT DU
CENTRE DU CORPS

BODY COMBAT
PLUS DE SOUFFLE
ET D'ÉNERGIE

ACTIVE ZEN
RENFORCEMENT
EN DOUCEUR

KICKBOXING
BOXE : PIEDS & POINGS

SPARRING
BOXE : ENTRAÎNEMENT
COMPÉTITION

KICK KIDS
KICKBOXING 12-15 ANS

17H30-18H15
LES MILLS
BODYPUMP

17H30-18H15
LES MILLS
CX WORK

17H30-18H30
KICKBOXING

17H30-18H30
BODY
REGUL

17H30-18H30
LES MILLS
BODYPUMP

18H15-19H15
LES MILLS
BODYCOMBAT

18H15-19H15
LES MILLS
BODYATTACK

18H30-19H30
LES MILLS
BODYPUMP

18H30-19H45
KICKBOXING

18H30-19H30
LES MILLS
BODYATTACK

19H15-20H30
KICKBOXING

19H15-20H30
KICKBOXING

19H30-20H30
LES MILLS
BODYCOMBAT

19H45-20H30
F. A. C.

19H30-20H30
ACTIVE ZEN

WWW.NEW-ATLANTIDE.FR



@newatlantide87



newatlantide

VOTRE SALLE DE FITNESS
ET DE BOXE À LIMOGES
du lundi au vendredi de 7 h 30
à 21 h - samedi de 7 h 30 à 13 h
Accès 7/7 les week-ends et
jours fériés de 7 h 30 à 19 h.

NEW ATLANTIDE
11 RUE DES ALLOIS
87000 LIMOGES
05 55 32 45 79