

Séances dédiées à la forme physique:

Cours de renforcement musculaire	Culture Physique	Abdos Fessiers	Spécial Buste
Cours cardio dansés	Zumba	Step; LIA	Dance Floor
Cours cardio et renforcement musculaire	Body Sculpt	Cardio Boxe	
Cours outdoor	Footing	Circuit training	

Séances dédiées au Capital Santé

Body Zen (Association de Tai Chi, Yoga, Pilates , Stretching et relaxation)	Pilates	Yoga	Stretching	Relaxation	Massages
---	---------	------	------------	------------	----------