

COURS VIRTUELS—GROUPE PRIVÉ

UNITED GYM: COURS VIRTUELS



Lundi /Monday	Mardi/Tuesday	Mercredi/Wed	Jeu di/Thurs.	Vendredi/Fri.	Samedi/Sat.	Dimanche/Sun.
11h00-12h00 SPIN EXPRESS (30mins) + TABATA (30mins) Amir	9h30-10h15 ZUMBA TONING Jessica (Z)	11h00-12h00 CARDIO TONUS Amir	9h30-10h15 POUND FITNESS Jessica (Z)	12h00-12h30 CORE STRENGTH Jessica	9h30-10h30 CARDIO TAE BO & BURN Vince	9H30-10H30 POWER PILATES Claudia
12h00-12h30 BUNS OF STEEL Jessica	12h00-13h00 TOTAL BODY STRENGTH Vince	12h00-12h30 UPPER BODY WORKOUT Jessica	12h00-13h00 HIIT TRAINING WITH WEIGHTS Vince		10h30-11h30 FIT-DANCE ABDOS FAMILLE Jordan (À partir du 7 Nov.)	10h30-11h30 FIT 2 THE CORE FAMILY Jessica (À partir du 8 Nov.)
19h00-20h00 STRONG30 + STRENGTH (20mins) Jessica (Z)		19h00-20h00 STRONG30 + STRENGTH (20mins) Jessica (Z)	18h00-19h00 SPINNING Daniela	\$25 / 15-JOURS COURS ILLIMITÉS (Du 31 Oct au 14 Nov) Les cours seront sauvegardés dans le groupe pendant les 15-jours. (sauf les cours de Jessica (Z)) Paiement par Interact E-Transfer à contact@unitedgyms.com		