

HORAIRE GROUP.X

MONTREAL

3 AVRIL AU 25 JUIN 2018

Pour tous commentaires ou questions, contactez iadam@clubmansfield.ca.

Les classes peuvent être annulées en fonction de la fréquentation.

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
AM			SPIN POWER® 6H30 - 7H15 ROBERT ★		SPINNING® 6H30 - 7H15 YANNICK		
	METCON 7H - 7H45 GUY	MAC BODY SCULPT 7H - 8H LAURA-LYNE	METCON 7H - 7H45 GUY	TABATA 7H - 7H45 GUY	METCON 7H - 7H45 GUY	ZUMBA® 10H - 11H KYMBERLY	
		BALLET BARRE 7H - 8H DAHLIA ★	BODYSHRED® 7H45- 8H15 GUY ★	YOGA VINYASA 7H - 8H ELAINE	BODYSHRED® 7H45- 8H15 GUY ★	YOGA ASHTANGA 2 10H - 11H30 ARI	SPINNING® 10H - 11H MYRIAM

METCON 11H30 - 12H15 GUY	HIIT 11H30 - 12H15 MYMUNA	METCON 11H30 - 12H15 YVETTE	K.BOX BOOTCAMP 11H30 - 12H15 ANH-TUE	METCON 11H30 - 12H15 GUY	TABATA 11H - 12H YVETTE	BOOTY BOOTCAMP 11H - 12H YVETTE
PIYO® 11H30 - 12H15 MARIE-ÈVE	HOT BOOTY BALLET 11H30 - 12H30 JENNIFER	PILATES 11H30 - 12H15 MYMUNA	YOGA VINYASA 11H30 - 12H30 ANGELA ★	HOT BOOTY BALLET 11H30 - 12H30 JENNIFER		MORNING FLOW YOGA 11H - 12H JULIA
BEAT SPIN® 12H15 - 13H CORINE	SPIN POWER® 12H15 - 13H15 STEVE ★	SPINNING® 12H15 - 13H15 STEVE	SPIN POWER® 12H15 - 13H15 MYRIAM ★	SPINNING® 12H15 - 13H15 STEVE		
	CLUB DE COURSE 12H15 - 13H15 ANH-TUE			CLUB DE COURSE 12H15 - 13H15 FRANÇOIS		
INSANITY® 12H20 - 13H20 MARIE-ÈVE	POWER BOXE 12H20 - 13H20 DOMINIC	LEVEL UP 12H20 - 13H05 YVETTE	ROCKIN' BOTTOM 12H20 - 13H20 MYMUNA	ZUMBA® 12H30 - 13H30 ANDREA		
YOGA ASHTANGA 12H35 - 13H35 ARI	YOGA VINYASA 12H35 - 13H35 ARI	HONEY FLOW 12H20 - 13H20 ANGELA ★	BALLET BARRE 12H30 - 13H30 DAHLIA	YOGA ASHTANGA 12H35 - 13H35 ARI		

LÉGENDE

STUDIO AIM (SPINNING)

STUDIO TRINITÉ

STUDIO AÉROBIQUE

STUDIO CROSSFIT

EXTÉRIEUR

★ NOUVEAU COURS

BODYSHRED® 16H45 - 17H15 GUY ★	BALLET BARRE 16H45 - 17H25 DAHLIA ★	LEVEL UP 16H45 - 17H25 YVETTE	ZUMBA STEP® 16H45 - 17H30 LAURA-LYNE ★	
YOGA ASHTANGA 17H30 - 18H30 ARI	PILATES 17H30 - 18H30 MYMUNA	DETOX FLOW YOGA 17H30 - 18H30 ANDREA	HOT BOOTY BALLET 17H30 - 18H30 SUAAD	ESSETRICS 17H30 - 18H30 ALLISON
BARBELLBURN 17H30 - 18H15 MYRIAM	EPIC 17H30 - 18H30 ANH-TUE	BARBELLBURN 17H30 - 18H15 MYRIAM	ABSOLUTION 17H30 - 18H ANH-TUE	TABATA 17H30 - 18H30 YVETTE
BEAT SPIN® 17H30 - 18H15 MARA	BEAT SPIN® 17H30 - 18H15 CORINE ★	BEAT SPIN® 17H30 - 18H15 MARA	SPIN POWER® 17H30 - 18H30 ROBERT ★	
ZUMBA® 18H30 - 19H30 DIEGO	STRONG BY ZUMBA® 18H30 - 19H30 KYMBERLY	BOXE CAMP 18H30 - 19H30 DOMINIC	EPIC 18H - 18H45 ANH-TUE	
HOT BOOTY BALLET 18H30 - 19H30 SUAAD	PIYO STRETCH® 18H30 - 19H30 MARIE-ÈVE	YIN YOGA 18H30 - 19H30 ANDREA	YIN YOGA 18H30 - 19H30 JULIA	
SPIN POWER® 18H30 - 19H30 MYRIAM ★	INTRO TO CROSSFIT 18H30 - 19H30 SCOTT	SPINNING® 18H30 - 19H30 MYRIAM	BOXEVENT 18H45 - 19H30 DOMINIC ★	



MANSFIELD
CLUB ATHLÉTIQUE

Les heures, formats et instructeurs des cours sont sujets à changements. Pour consulter la version de l'horaire la plus à jour: clubmansfield.ca/group-exercice