

**LM Fitness - Laetitia Marini**

06 47 31 68 17

Insta laeti\_fitness57

Facebook Laetitia Marini

Lundi		Mardi		Mercredi		Jeudi		Vendredi	
9h30	Circuit minceur Renforcement musculaire	Sous réservation		Anniversaire enfants sous réservation					
10h30	Yoga								
Sous réservation		12h30	BURN & SCULT	Anniversaire enfants		14h		Groupe perte de poids Fessiers/abdos/ renforcement SMALL GROUP	
		14h	SMALL GROUP Cours MOMFIT post natal						
16h	Gym douce Harmonie du corps	Sous réservation		16h	Sports kids prépa physique	Sous réservation		Sous réservation	
17h	Pilates			17h	Stretching souplesse				
18h	Tabata	Sous réservation		18h	Pilates	Sous réservation		Sous réservation	
19h	FAC			19h	Cross training - abdos gainage				
20h	Yoga								

Le programme est susceptible d'être modifié

**Sous réservation :**

- Massage bien être
- Massage sportif
- Anniversaires, EVJF - EVG, Saint Valentin, soirées mère-fille, entre amis...
- Maquillage événement (mariage, clip, soirée...)
- BOOT CAMP Commando
- Stage de survie
- Cours SMALL GROUP entreprises
- Echauffement défis sportifs ou courses
- Coaching privé au Nat'Masté ou à domicile ou extérieur

Carte de 10 séances (max 12 personnes)

Carte de 10 séances (max 6 personnes) + 4 cours co offert



