

- ANATOMIK
- WELLNESS
- SPINNING
- PISCINE INTERIEURE
- SQUASH

PARK LIFE

ALAROBIA

FITNESS / AQUA

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
7H00 - 8H00 HIIT MAX Hamza / Fy Gerald	7H00 - 8H00 RPM / TRX Hadjy	7H00 - 8H00 Full Body Blast Hamza / Freddy	7H00 - 8H00 Sprint/Pilates Hamza / Hadjy	7H15 - 8H15 Fit Aqua 🌊	8H30 - 9H30 Full Body Blast Hamza	
8H15 - 9H15 ABS'olutly Bootifull (CAF) Hadjy / Gerald	8H00 - 9H00 Aquagym 🌊	8H15 - 9H15 ABS'olutly Bootifull (CAF) Fy / Gerald	8H15 - 9H15 Fit Aqua 🌊	8H00 - 9H00 Circuit Aquagym 🌊	09H15 - 09H45 Sprint Fy	
9H15 - 10H15 ABS'olutly Bootifull (CAF) Hadjy / Gerald	8H30 - 9H30 Shape & Flow (Pilates) Adriana	9H00 - 10H00 Zumba Bodohasina Tahina	8H30 - 9H00 Sprint Fy	9H00 - 10H00 Pilates Wellness Adriana	09H45 - 10H30 Body Pump Fy / Ando	
12H00 - 13H00 Aquagym 🌊	9H30 - 10H30 Self defense pour femmes Fy / Gerald	10H00 - 11H00 Paddle Pilates 🌊			11H15 - 12H15 Strāla Yoga Kathe	10H30 - 11H30 Yin / Yang Yoga Kathe
12H30 - 13H30 Full Body Blast Hamza / Fy	12H30 - 13H30 Yoga Sophie	12H30 - 13H30 Energy Pilates Hamza / Freddy	12H30 - 13H30 Body Pump Hadjy	12H30 - 13H00 Sprint Hadjy		
12H30 - 13H30 Vinyasa Yoga Jean Gérald	12H30 - 13H30 RPM Hadjy / Ando		13H00 - 13H30 ABS'olutly Bootifull (CAF) Hadjy			
		18H00 - 18H45 Sprint Fy / Freddy				
18H00 - 19H00 Circuit Aquagym 🌊	18H00 - 18H30 Aqua Tonic 🌊	18H00 - 18H45 Circuit Aquagym 🌊	18H00 - 18H45 Circuit Aquagym 🌊			
18H00 - 18H45 RPM Fy / Freddy Gerald	18H00 - 19H00 Strong Pilates Fy / Hadjy		18H00 - 19H00 Pilates Stretching Gerald	18H00 - 19H00 Power Bootcamp Ados 13 à 18 ans Willy / Tanjona		
	18H30 - 19H00 Aquabiking 🌊	19H00 - 20H00 Self defense Kick Willy / Hary	18H00 - 19H00 Squash Landry	18H00 - 19H00 Squash Landry		
19H00 - 20H00 Self defense Kick Willy / Fy	18H00 - 19H00 19H00 - 20H00 Squash Landry	19H15 - 20H15 Restorative Yoga Jean Gérald	19H15 - 20H15 Yin Yoga Kathe			

PARK LIFE ALAROBIA

T + 261 34 49 006 60 - INFO@PARKLIFE.MG

- ANATOMIK
- WELLNESS
- TERRAIN DE FOOT
- PISCINE INTERIEURE

PARK LIFE

ALAROBIA

ACTIVITES JEUNES

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
	14H00 - 14H45 Tae Kwon Do + 6 ans Gérald + Tahina	14H15 - 15H00 Kick Kids' + 4 ans Hary / Gerald		14H00 - 15H00 Foot Enfants + 6 ans Equipe 1 Tahina / Fy	Ecole de Natation 9H00 - 12H00 🌊	
	14H45 - 15H30 Tae Kwon Do + 4 ans Gérald + Tahina	15H30 - 16H00 Baby Fitness (- 4 ans) Gerald / Tahina		15H00 - 16H00 Foot Enfants + 6 ans Equipe 2 Tahina / Fy	Eveil Aquatique de 3 à 5 ans 10H00 - 10H45 🌊	
	14H00 - 15H00 Foot Kids + 6 ans Equipe 1 Tahina / Freddy	15H00 - 15H30 Antigravity Kids + 8 ans Réservation avec Hamza		15H30 - 16H00 Antigravity Kids + 8 ans Réservation avec Hamza	Eveil Aquatique + 2 ans (non nageurs) 10H00 - 10H45 🌊	
	15H00 - 16H00 Foot Kids + 6 ans Equipe 2 Tahina / Freddy	15H30 - 16H00 Antigravity Kids + 8 ans Réservation avec Hamza		16H00 - 16H45 Fun Fitness Kids + 4 ans Hadjy	10H00 - 10H45 🌊	
Ecole de Natation 13H30 - 18H00 🌊	Ecole de Natation 13H30 - 18H00 🌊	Ecole de Natation 13H30 - 18H00 🌊	Ecole de Natation 13H30 - 18H00 🌊	Ecole de Natation 13H30 - 18H00 🌊	9H30 - 11H00 Foot ados Tahina	
		15H30 - 16H15 Karaté Kids' + 4 ans (débutants) Hary			11H00 - 12H30 Foot Kids + 6 ans Tahina	
	16H00 - 16H30 Yoga Kids + 6 ans Gerald / Kathe	16H15 - 17H30 Karaté Kids' (avancés) Hary				
			16H00 - 16H30 Foot Babies 3 à 6 ans Tahina	16H00 - 16H45 Judo + 5 ans Freddy		
					15H30 - 16H15 Bébés Nageurs 6 mois à 3 ans 🌊	

PARK LIFE ALAROBIA

T + 261 34 49 006 60 - INFO@PARKLIFE.MG