














LUNDI

09:00-09:50	Body & Mind	
10:00-10:50	Latino Dance	
12:30-13:20	Iron Bar	
17:00-17:50	Functional Training	
18:00-18:50	Functional Training	
18:00-18:45	Indoor Cycling	
19:00-19:50	Pilates	



MARDI

08:30-09:20	Body Training	
09:30-10:25	Hot Iron	
12:30-13:20	Body Art	
17:30-18:20	Functional Training	
18:30-19:20	Gym Ball	
19:30-20:20	Latino Dance	







MERCREDI

08:30-09:20	F.A.C.	
09:30-10:30	Indoor Cycling	
12:20-13:15	Indoor Cycling	
18:40-19:30	F.A.C.	
19:35-20:20	Gym Dos et Core	









JEUDI

09:00-09:50	TRX Yoga	
10:00-10:50	Body Art	
17:00-17:50	Body Training	
18:00-18:50	TRX Yoga	
19:00-20:00	Indoor Cycling	



VENDREDI

08:45-09:35	Iron Bar	
09:45-10:40	Pilates	
10:45-11:40	Deep Work	
17:30-18:20	Indoor Cycling	
18:30-19:20	F.A.C.	
19:30-20:20	Zumba	



SAMEDI

09:30-10:20	Gym Dos et Core	
10:35-11:35	Indoor Cycling	

DIMANCHE

09:00-10:00	Indoor Cycling	
10:15-11:15	Indoor Cycling	

CK | **fitness**
bertrange



Cardio



Silhouette
Figurformung
Body Shaping



Renforcement musculaire
Muskelerkäftigung & Straffung
Muscle Strength



Régénération Active
Aktive Entspannung
Active Relaxation

Le programme des cours peut être adapté.

HORAIRE

Lundi au Vendredi : 07:00 - 22:00

Samedi : 08:30 - 18:00

Dimanche : 08:30 - 18:00*

Jours fériés : 08:30 - 13:00

*avril-octobre : 08:30 - 13:30

City Concorde

80, route de Longwy
L-8060 Bertrange

Tél. +352 55 22 40-300
fitness@ck-group.lu

f @ ckfitnessbertrange
ck-fitness.lu

ET GEET ËM
MIR ËNNERSTËTZEN **DECH.**