ULTIMATE

SPORT & EXPERIENCES

PLANNING · SMALL GROUP TRAINING

LUNDI

07h00	LAGREE	COMING SOON
10h30	CAF	
12h30	KETTLEBELL	
18h15	CROSS TRAINING	
19h30	STRETCHING & MOBILITÉ	

MARDI

07h00	HYROX
18h15	BOXE
19h30	KETTLEBELL

MERCREDI

07h00	YOGA	COMING SOON
12h30	BOXE	
18h15	LAGREE	
19h30	COMBAT	

JEUDI

07h00	HIIT & FLOW
12h30	LAGREE
18h15	STRENGTH (FORCE)
19h30	BOXE

VENDREDI

10h30	CAF
12h30	BURN (SCULPT)
18h15	HYROX
19h30	CORE

SAMEDI

10h00	HYROX
11h15	STRETCHING & MOBILITÉ

SCANNEZ POUR RÉSERVER SUR WHATSAPP

11 Ruelle du Couchant, 1207 Genève
076 370 36 56 · info@ultimate-geneva.ch
@ultimategva