



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
MATIN	9H30 - 10H15 CROSS TRAINING 11H30 - 12H15 MINCEUR	9H30 - 10H15 CONDITIONING		9H30 - 10H15 H Y R O X	9H30 - 10H15 MINCEUR 11H30 - 12H15 CROSS TRAINING	
MIDI	12H30 - 13H15 CROSS TRAINING	12H30 - 13H15 H Y R O X	12H30 - 13H15 CROSS TRAINING	12H30 - 13H15 BOXING	12H30 - 13H15 CONDITIONING	
SOIR	17H30 - 18H15 18H30 - 19H15 CONDITIONING 19H30 - 20H15 H Y R O X	17H30 - 18H15 BOXING 18H30 - 19H15 CROSS TRAINING 19H30 - 20H15 BOXE ANGLAISE	17H30 - 18H15 HIIT 18H30 - 19H15 H Y R O X 19H30 - 20H15 CROSS TRAINING	17H30 - 18H15 18H30 - 19H15 CROSS TRAINING 19H30 - 20H15 BOXING	17H30 - 18H15 18H30 - 19H15 BOXE ANGLAISE 19H30 - 20H15 CROSS TRAINING	





MATIN

LUNDI

9H30 - 10H15

LES MILLS
RPM

10H30 - 11H30

ZUMBA

MARDI

9H30 - 10H30

LES MILLS
BODYPUMP

10H30 - 11H30

CAF

MERCREDI

9H30 - 10H30

PILATES

10H30 - 11H15

LES MILLS
RPM

JEUDI

9H30 - 10H15

LES MILLS
RPM

10H30 - 11H30

PILATES

VENDREDI

9H30 - 10H30

CIRCUIT
TRAINING

10H30 - 11H30

LES MILLS
BODYPUMP

SAMEDI

9H30 - 10H30

LES MILLS
BODYPUMP

10H30 - 10H15

LES MILLS
RPM

MIDI

12H30 - 13H15

CAF

12H30 - 13H15

PILATES

12H30 - 13H15

LES MILLS
BODYPUMP

12H30 - 13H15

CIRCUIT
TRAINING

12H30 - 13H15

LES MILLS
RPM

SOIR

17H30 - 18H30

LES MILLS
BODYPUMP

18H30 - 19H30

LES MILLS
BODYCOMBAT

19H30 - 20H15

LES MILLS
RPM

17H30 - 18H15

LES MILLS
RPM

18H30 - 19H30

LES MILLS
BODYPUMP

19H30 - 20H30

STEP FREESTYLE

17H30 - 18H30

LES MILLS
BODYCOMBAT

18H30 - 19H15

LES MILLS
RPM

19H30 - 20H30

PILATES

17H30 - 18H30

STEP FREESTYLE

18H30 - 19H30

ZUMBA

19H30 - 20H30

STRONG CAF

17H30 - 18H30

PILATES

18H30 - 19H30

RAGGAETON
DANCE

19H30 - 20H30

