

# HORAIRES DE VOTRE CLUB **BIORYTHME**

LUNDI - MARDI - JEUDI	09H00 - 20H00
MERCREDI	12H00 - 20H00
VENDREDI	09H00 - 20H00
SAMEDI - DIMANCHE	09H00 - 12H00

**EN LIBRE ACCES DE: 6H à 23H - 7j/7 - 365j/AN**

**HORAIRES DES COURS-COLLECTIFS DU 29 JUIN AU 04 JUILLET.**

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
<b>09H00</b>	<b>FAC</b> (50min)	<b>BODYPUMP</b> (45min)	*****	<b>STEP DEBUTANT</b> (50min)	<b>COMPIL</b> (50min)	<b>09H15 BODYPUMP</b> (45min)
<b>10H00</b>	<b>BODYBALANCE</b> (55min)	<b>MOIS PAIRE STRETCH</b> 45min ----- <b>MOIS IMPAIRE PILATES</b> 45min	*****	<b>RENFO</b> (30min) + <b>STRETCH</b> (25min)	*****	<b>10H15 RPM</b> (45min)
<b>12H20</b>	<b>RENFO</b> (30min)	<b>BODYPUMP</b> (45min)	<b>12H30 HIIT</b> (30min)	<b>RPM</b> (45min)	*****	*****
<b>14H30</b>	*****	*****	*****	*****	*****	*****
<b>16H30</b>	*****	*****	*****	*****	*****	*****
<b>17H30</b>	*****	<b>17H25 BODYBALANCE</b> (55min)	<b>FAC</b> (45min)	<b>HIIT</b> (30min)	*****	*****
<b>18H00</b>	<b>BODYPUMP</b> (45min)	*****	*****	*****	*****	*****
<b>18H30</b>	*****	<b>RPM</b> (45min)	<b>RPM</b> (45min)	<b>18H15 BODYPUMP</b> (45min)	*****	*****
<b>19H00</b>	<b>RPM</b> (45min)	<b>19h25 ABDOS</b> (30min)	*****	<b>19H15 RPM</b> (45min)	*****	*****

Découpage en espaces de 5m<sup>2</sup>/personne en salle Fitness

Mise à disposition de Gel HA dans toutes les pièces et dès l'entrée dans le club

Matériel de désinfection dans chaque espace. Chaque utilisateur sera responsable de la désinfection post activité Dans la mesure du possible, arrivée en tenue de sport pour éviter les vestiaires et un encombrement (restriction dû au protocole sanitaire).

Bouteilles d'eau identifiées au nom du client et non jetable dans l'enceinte du club pour éviter tout contact. Le client amène sa bouteille et repart avec.

Nous comptons sur votre civisme pour respectez les gestes barrières et les consignes du coach.

Plus d'infos sur: [WWW.BIORYTHME88.COM](http://WWW.BIORYTHME88.COM) ou sur [FACEBOOK](https://www.facebook.com/biorythme.saintdie) (BIORYTHME SAINT-DIE).

TEL: 03.29.55.41.90