

# PLANNING COURS – COLLECTIFS

À PARTIR DU 02 JANVIER 2026

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
<p>09h00 - 09h50 <b>FAC 50'</b></p>	<p>09h00 - 09h55 <b>BODYPUMP</b> LESMILLS</p>		<p>09h00 - 09h45 <b>BODY TONING</b></p>	<p>09h00 - 09h55 <b>COMPILE</b></p>	<p>09h30 - 10h20 <b>BODYPUMP</b> LESMILLS</p>
<p>10h00 - 10h45 <b>YOGA</b> TOUS NIVEAUX NOUVEAU</p>	<p>10h00 - 10h45 <b>STRETCHING</b></p>		<p>10h00 - 10h45 <b>PILATES</b></p>		<p>10h30 - 11h15 <b>RPM</b> LESMILLS</p>
<p>12h30 - 13h00 <b>ABDOS 30'</b></p>	<p>12h20 - 13h10 <b>BODYPUMP</b> LESMILLS</p>		<p>12h20 - 13h05 <b>RPM</b> LESMILLS</p>	<p>12h20 - 13h05 <b>YOGA</b> TOUS NIVEAUX</p>	
		<p>17h10 - 17h40 <b>FAC 30'</b></p>			
<p>17h30 - 18h00 <b>FAC 30'</b></p>	<p>17h30 - 18h25 <b>BODYBALANCE</b> LESMILLS</p>	<p>17h45 - 18h30 <b>RPM</b> LESMILLS</p>	<p>17h30 - 18h00 <b>ABDOS 30'</b></p>	<p>17h45 - 18h30 <b>HIIT WORKOUT</b> <i>Fat Burner</i></p>	
<p>18h05 - 18h35 <b>BODYPUMP 30'</b> LESMILLS</p>			<p>18h05 - 19h00 <b>BODYPUMP</b> LESMILLS</p>		
<p>18h40 - 19h25 <b>BODY TONING</b></p>	<p>18h30 - 19h15 <b>RPM</b> LESMILLS</p>	<p>18h35 - 19h30 <b>BODYBALANCE</b> LESMILLS</p>	<p>19h05 - 19h50 <b>RPM</b> LESMILLS</p>		

Document non contractuel, la direction se réserve la possibilité de changer les horaires en fonction des impératifs de fonctionnement. Merci de votre compréhension ! :)

**4 JOURS PAR SEMAINE, PROFITEZ DU  
SAUNA APRÈS VOTRE SÉANCE !**  
VOIR HORAIRES D'ACCUEIL

