

PLANNING COURS – COLLECTIFS

• Planning hebdomadaire •

DU 06 JUILLET AU 30 AOÛT 2026

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
09h00 - 09h50 FAC 50'	09h00 - 09h55 BODYPUMP LESMILLS		09h00 - 09h45 JUILLET STRETCHING AOÛT PILATES	09h00 - 09h55 COMPILE	09h30 - 10h20 BODYPUMP LESMILLS
					10h30 - 11h15 RPM LESMILLS
12h30 - 13h00 ABDOS 30'	12h20 - 13h10 BODYPUMP LESMILLS		12h20 - 13h05 RPM LESMILLS		
		17h30 - 18h00 FAC 30'			
17h30 - 18h00 FAC 30'	17h30 - 18h25 BODYBALANCE LESMILLS	18h05 - 18h50 RPM LESMILLS	17h30 - 18h00 ABDOS 30'	17h45 - 18h30 HIT WORKOUT <i>Fat Burner</i>	
18h05 - 18h35 BODYPUMP 30' LESMILLS			18h05 - 19h00 BODYPUMP LESMILLS		
18h45 - 19h30 CIRCUIT TRAINING TOUS NIVEAUX 5 PERS MINIMUM	18h30 - 19h15 RPM LESMILLS				



**3 JOURS PAR SEMAINE,
PROFITEZ DU SAUNA**
après votre séance !

VOIR HORAIRES D'ACCUEIL

