
















PLANNING - SAINT-RAPHAEL

À partir du 4 septembre 2023

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
					9h00  YOGA
9h30 LES MILLS BODYPUMP	9h30 LES MILLS RPM	9h30 LES MILLS BODYBALANCE	9h30 LES MILLS BODYPUMP	9h30 LES MILLS RPM	10h00 LES MILLS BODYPUMP
10h30 LES MILLS BODYBALANCE	10h30  STRETCHING	10h30  ABDOS FESSIERS	10h30 NEW  PILATES	10h30 LES MILLS BODYBALANCE	11h00 LES MILLS RPM
12h30 LES MILLS RPM	12h30  CROSS TRAINING	12h30  PILATES	12h30 LES MILLS sprint	12h30 LES MILLS BODYPUMP	
		16h30 Ado NEW  CROSS TRAINING		17h30 NEW  BOXING KID	
18h30 LES MILLS BODYPUMP	18h30  CROSS TRAINING	18h30  YOGA	18h30 NEW  BOXING	18h30  CROSS TRAINING	
19h15 NEW  ZUMBA	18h30 NEW LES MILLS RPM	19h15 NEW  CROSS TRAINING	19h15 LES MILLS RPM		
20h00 NEW  KRAV MAGA SELF-DEFENSE <small>adulte</small> <i>hors abonnement</i>	19h15 LES MILLS BODYBALANCE				

Retrouvez ces cours dans la

SALLE COURS

SALLE RPM

HORAIRE OUVERTURE

Lundi au vendredi 6h - 22h
Samedi et dimanche 6h - 20h