









FITNESS

À partir du 6 Janvier 2025

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
					9h30 LES MILLS BODYPUMP
9h30  ABDOS FESSIERS	9h30 LES MILLS BODYBALANCE	9h30 LES MILLS RPM 45mn	9h30 LES MILLS BODYPUMP	9h30  BODY STRONG	
10h15  STRETCHING	10h30 LES MILLS RPM 45mn	10h30  BODY STRONG	10h30  YOGA	10h15  ABDOS FESSIERS	10h45 LES MILLS RPM 60mn
12h30  PILATES	12h30 LES MILLS BODYCOMBAT	12h30 LES MILLS RPM 45mn	12h30 LES MILLS RPM 45mn	12h30 LES MILLS BODYPUMP	
18h15 LES MILLS BODYBALANCE		17h30  ABDOS FESSIERS			
18h30 LES MILLS RPM 60mn	18h15 LES MILLS BODYPUMP	18h15 LES MILLS BODYATTACK	NEW 18h15  LATINO FIT	NEW 18h00  STEP	
19h00 LES MILLS BODYCOMBAT	19h15  YOGA	19h00 LES MILLS BODYJAM	19h00 LES MILLS RPM 45mn	19h00 LES MILLS BODYPUMP	
	19h30 LES MILLS RPM 60mn		NEW 19h00  YOGA		

Retrouvez ces cours dans la

SALLE COURS

SALLE RPM

HORAIRE OUVERTURE 7J/7
du lundi au dimanche 6h - 23h