

PLANNING – SAINT-RAPHAEL

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
					9h00  YOGA
9h30 LES MILLS BODYPUMP	9h30 LES MILLS BODYBALANCE	9h30 LES MILLS RPM 45mn	9h30 LES MILLS BODYPUMP	9h30 LES MILLS RPM 45mn	10h00 LES MILLS BODYPUMP
10h30 LES MILLS BODYBALANCE	10h30  ABDOS FESSIERS	10h30  STRETCHING	10h30  PILATES	10h30  STRETCHING	11h00 LES MILLS RPM 60mn
12h30 LES MILLS RPM 45mn	12h30  CROSS TRAINING	NEW 12h30  YOGA Fit	NEW 12h30 LES MILLS BODYBALANCE	12h30  CROSS TRAINING	
		17h45  YOGA	NEW 17h45  ABDOS FESSIERS	17h30 LES MILLS BODYBALANCE 45mn	
18h30 LES MILLS BODYPUMP	18h30  CROSS TRAINING	18h30 LES MILLS RPM 45mn	18h30  BOXING	18h30  CROSS TRAINING	
NEW 19h15  STEP	18h30 LES MILLS RPM 45mn	19h30  SWISS BALL	19h15 LES MILLS RPM 60mn		
	19h30 LES MILLS BODYBALANCE		19h15  PILATES		

Retrouvez ces cours dans la

SALLE COURS

SALLE RPM

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