

COURS COLLECTIFS			Semaine du 06 au 12 Juillet 2026		
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi

9h30-10h15 GYM	9h30-10h15 PILATES	9h30-10h15 BODYPUMP		9h30-10h15 GYM	9h30-10h15 ABDOS FESSIERS	9h30-10h15 RPM
10h15-11h STRETCH	10h15-11h15 YOGA	10h30- RPM	10h30 Body Balance	10h15-11h STRETCH		10h30-11h15 BODYPUMP
						11h15-11h45 BODYBALANCE

12h30-13h15 GYM	12h30-13h15 BODYPUMP	12h30-13h15 BODYBALANCE	12h30-13h15 RPM	12h30-13h15 BODYCOMBAT
--------------------	-------------------------	----------------------------	--------------------	---------------------------

		17h45-18h30 ABDOS FESSIERS		17h45-18h30 GYM	17h45-18h30 ABDOs FESSIERS		17h45-18h30 PILATES
18h-19h BODYPUMP		18h30 RPM	18h30 LesMills DANCE	18h30-19h15 STEP INTERMEDIAIRE	18h30-19h30 BODYPUMP		18h30-19h ABDOS
19h-19h30 A/F Flash				19h15-20h PILATES			19h-19h45 STRETCH
19h30 BODY COMBAT	19h30 RPM	19h30-20h15 STRETCH		20h-20h45 BODYBALANCE	19h30 BODY COMBAT	19h30 RPM	

SMALLGROUP TRAINING				
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi

10h30-11h30 YOGA				10h15-11h PILATES
	12h30-13h15 PILATES			11h-11h45 PILATES

18h30-19h30 YOGA

Fermeture du Club à 13h

AQUA			Semaine du 06 au 12 Juillet 2026		
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi

9h30-10h15 AQUA GYM	9h30-10h15 AQUA GYM	9h30-10h15 AQUAGYM	9h30-10h15 AQUAPILATES	9h30-10h15 AQUA GYM	9h-9h45 AQUATRaining
10h30-11h15 AQUATRaining	10h30-11h15 AQUA GYM	10h30-11h15 AQUAPILATES	10h30-11h15 AQUAGYM	10h30-11h10 AQUA BIKE	
11h30-12h15 NATATION	11h30-12h15 NATATION	11h30-12h15 NATATION	11h30-12h15 NATATION	11h30-12h15 NATATION	11h15-11h55 AQUA BIKE

12h30-13h15 AQUA GYM	12h30-13h15 AQUATRaining	12h30-13h10 AQUA BIKE	12h30-13h15 AQUA GYM	12h30-13h15 AQUATRaining
-------------------------	-----------------------------	--------------------------	-------------------------	-----------------------------

	14h30-15h15 AQUAPILATES		14h30-15h15 AQUA GYM	14h30-15h15 AQUAGYM
--	----------------------------	--	-------------------------	------------------------

	16h-16h45 NATATION			
16h30-17h15 NATATION	17h-17h40 AQUABIKE	16h30-17h15 NATATION	16h30-17h15 NATATION	16h30-17h15 NATATION
17h-30-18h15 AQUATRaining		17h-30-18h15 AQUA GYM	17h15-17h45 Natation Adulte	17h-30-18h15 AQUA GYM
18h30-19h15 AQUA GYM	18h-18h45 AQUA GYM		18h-18h45 AQUA GYM	18h30-19h15 AQUATRaining
19h30-20h10 AQUA BIKE	19h-19h45 AQUAPILATES	18h30-19h10 AQUA BIKE	19h-19h40 AQUA BIKE	19h30-20h10 AQUA BIKE
	20h-20h40 AQUABIKE	19h30-20h15 AQUATRaining	19h45-20h30 AQUAGYM	

COURS COLLECTIFS			Semaine du 13 au 26 Juillet 2026		
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi

9h30-10h15 GYM	9h30-10h15 PILATES	9h30-10h15 BODYPUMP	9h30-10h15 STRETCH	9h30-10h15 ABDOS FESSIERS	9h30-10h15 RPM
		10h30-11h15 RPM			10h30-11h15 BODYPUMP
					11h15-11h45 BODYBALANCE

12h30-13h15 GYM	12h30-13h15 BODYPUMP	12h30-13h15 BODYBALANCE	12h30-13h15 RPM	12h30-13h15 BODYCOMBAT
--------------------	-------------------------	----------------------------	--------------------	---------------------------

18h-19h BODYPUMP	17h45-18h30 ABDOS FESSIERS		17h45-18h30 GYM		18h-18h45 PILATES
	18h30 RPM	18h30 LesMills DANCE	18h30-19h15 STEP INTERMEDIAIRE	18h30-19h30 BODYPUMP	18h45-19h30 STRETCH
19h15-20h BODYCOMBAT	19h30-20h15 STRETCH		19h15-20h BODYBALANCE		19h30-20h15 RPM

FERMETURE DU CLUB A 20H30

SMALLGROUP TRAINING			Jeudi	Vendredi
Lundi	Mardi	Mercredi		

10h30-11h30 YOGA			10h30-11h15 PILATES
---------------------	--	--	------------------------

18h30-19h30 YOGA

AQUA			Semaine du 13 au 26 Juillet 2026		
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi

9h30-10h15 AQUA GYM	9h30-10h15 AQUA GYM	9h30-10h15 AQUAGYM	9h30-10h15 AQUAPILATES	9h30-10h15 AQUA GYM	9h-9h45 AQUATRaining
10h30-11h15 AQUATRaining	10h30-11h15 AQUA GYM	10h30-11h15 AQUAPILATES	10h30-11h15 AQUAGYM	10h30-11h10 AQUA BIKE	10h-10h40 AQUA BIKE
11h30-12h15 NATATION	11h30-12h15 NATATION	11h30-12h15 NATATION	11h30-12h15 NATATION	11h30-12h15 NATATION	

12h30-13h15 AQUA GYM	12h30-13h15 AQUATRaining	12h30-13h10 AQUA BIKE	12h30-13h15 AQUA GYM	12h30-13h15 AQUATRaining
-------------------------	-----------------------------	--------------------------	-------------------------	-----------------------------

	14h30-15h15 AQUA GYM			
	16h-16h45 NATATION			
16h30-17h15 NATATION	17h-17h40 AQUABIKE	16h30-17h15 NATATION	16h30-17h15 NATATION	16h30-17h15 NATATION
17h-30-18h15 AQUATRaining	18h-18h45 AQUA GYM	17h-30-18h15 AQUA GYM	17h15-17h45 Natation Adulte	17h-30-18h15 AQUA GYM
18h30-19h15 AQUA GYM	19h-19h45 AQUAPILATES	18h30-19h10 AQUA BIKE	18h-18h45 AQUA GYM	18h30-19h15 AQUATRaining
19h30-20h10 AQUA BIKE		19h30-20h15 AQUATRaining	19h-19h40 AQUA BIKE	19h30-20h10 AQUA BIKE

FERMETURE DU CLUB A 20H30

COURS COLLECTIFS			Semaine du 27 Juillet au 16 Aout 2026		
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi

9h30-10h15 GYM	9h30-10h15 PILATES		9h30-10h15 STRETCH	9h30-10h15 ABDOS FESSIERS	
12h30-13h15 GYM	12h30-13h15 BODYPUMP	12h30-13h15 BODYBALANCE	12h30-13h15 RPM		
18h-19h BODYPUMP	17h45-18h30 ABDOS FESSIERS	17h45-18h30 GYM		18h-18h45 PILATES	
	18h30 RPM	18h30 LesMills DANCE	18h30-19h15 STEP INTERMEDIAIRE	18h30-19h30 BODYPUMP	18h45-19h30 STRETCH
19h15-20h BODYCOMBAT	19h30-20h15 STRETCH	19h15-20h BODYBALANCE	19h30-20h15 RPM		

FERMETURE DU CLUB A 20H30

SMALLGROUP TRAINING				
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi

10h30-11h30 YOGA			10h30-11h15 PILATES	
---------------------	--	--	------------------------	--

18h30-19h30 YOGA

F
E
R
M
E

AQUA			Semaine du 27 Juillet au 16 Aout 2026		
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi

	9h30-10h15 AQUA GYM		9h30-10h15 AQUAPILATES	9h30-10h15 AQUA GYM	
10h30-11h15 AQUATRaining	10h30-11h15 AQUA GYM		10h30-11h15 AQUAGYM	10h30-11h10 AQUA BIKE	
11h30-12h10 AQUA BIKE*				11h30-12h15 AQUATRaining*	
*(Sauf 27/07)				*(Sauf 31/07)	
12h30-13h15 AQUA GYM	12h30-13h15 AQUATRaining	12h30-13h10 AQUA BIKE	12h30-13h15 AQUA GYM		
	14h30-15h15 AQUA GYM				
17h-30-18h15 AQUATRaining	17h-17h40 AQUABIKE	17h-30-18h15 AQUA GYM		17h-30-18h15 AQUA GYM	
18h30-19h15 AQUA GYM	18h-18h45 AQUA GYM	18h30-19h10 AQUA BIKE	18h-18h45 AQUA GYM	18h30-19h15 AQUATRaining	
19h30-20h10 AQUA BIKE	19h-19h45 AQUAPILATES	19h30-20h15 AQUATRaining	19h-19h40 AQUA BIKE		

FERMETURE DU CLUB A 20H30

F
E
R
M
E

COURS COLLECTIFS			Semaine du 17 au 23 Aout 2026		
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi

9h30-10h15 GYM	9h30-10h15 PILATES		9h30-10h15 STRETCH	9h30-10h15 ABDOS FESSIERS	9h30-10h15 RPM
					10h30-11h15 BODYPUMP
					11h15-11h45 BODYBALANCE

12h30-13h15 GYM	12h30-13h15 BODYPUMP	12h30-13h15 BODYBALANCE	12h30-13h15 RPM
--------------------	-------------------------	----------------------------	--------------------

	17h45-18h30 ABDOS FESSIERS	17h45-18h30 GYM	
18h-19h BODYPUMP	18h30 RPM	18h30 LesMills DANCE	18h30-19h15 STEP INTERMEDIAIRE
			18h30-19h30 BODYPUMP
			18h-18h45 PILATES
			18h45-19h30 STRETCH
19h15-20h BODYCOMBAT	19h30-20h15 STRETCH	19h15-20h BODYBALANCE	19h30-20h15 RPM

FERMETURE DU CLUB A 20H30

SMALLGROUP TRAINING				
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi

10h30-11h30 YOGA			10h30-11h15 PILATES
---------------------	--	--	------------------------

18h30-19h30 YOGA

AQUA			Semaine du 17 Au 23 Aout 2026		
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi

	9h30-10h15 AQUA GYM	
10h30-11h15 AQUATRaining	10h30-11h15 AQUA GYM	
11h30-12h15 AQUA BIKE		

12h30-13h15 AQUA GYM	12h30-13h15 AQUATRaining	12h30-13h10 AQUA BIKE
-------------------------	-----------------------------	--------------------------

	14h30-15h15 AQUA GYM
--	-------------------------

17h-30-18h15 AQUATRaining	17h-17h40 AQUABIKE
18h30-19h15 AQUA GYM	18h-18h45 AQUA GYM
19h30-20h10 AQUA BIKE	19h-19h45 AQUAPILATES

Vidange Annuelle

FERMETURE DU CLUB A 20H30

Fermeture du Club à 13h

COURS COLLECTIFS			Semaine du 24 au 30 Aout 2026		
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi

9h30-10h15 GYM	9h30-10h15 PILATES	9h30-10h15 BODYPUMP	9h30-10h15 STRETCH	9h30-10h15 ABDOS FESSIERS	9h30-10h15 RPM
10h15-11 STRETCH		10h30-11h15 RPM			10h30-11h15 BODYPUMP
					11h15-11h45 BODYBALANCE

12h30-13h15 GYM	12h30-13h15 BODYPUMP	12h30-13h15 BODYBALANCE	12h30-13h15 RPM	12h30-13h15 BODYCOMBAT
--------------------	-------------------------	----------------------------	--------------------	---------------------------

18h-19h BODYPUMP		17h45-18h30 ABDOS FESSIERS		17h45-18h30 GYM		18h-18h45 PILATES
		18h30 RPM	18h30 LesMills DANCE	18h30-19h15 STEP INTERMEDIAIRE	18h30-19h30 BODYPUMP	
19h15 Body Combat	19h15 RPM	19h30-20h15 STRETCH	19h15-20h BODYBALANCE		19h30-20h15 RPM	

FERMETURE DU CLUB A 20H30

SMALLGROUP TRAINING				
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi

10h30-11h30 YOGA			10h30-11h15 PILATES	
---------------------	--	--	------------------------	--

18h30-19h30 YOGA

AQUA			Semaine du 24 au 30 Aout 2026		
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi

					9h-9h45 AQUATRaining
9h30-10h15 AQUA GYM	9h30-10h15 AQUA GYM	9h30-10h15 AQUAGYM	9h30-10h15 AQUAPILATES	9h30-10h15 AQUA GYM	10h-10h40 AQUA BIKE
10h30-11h15 AQUATRaining	10h30-11h15 AQUA GYM		10h30-11h15 AQUAGYM	10h30-11h10 AQUA BIKE	
11h30-12h10 AQUA BIKE		11h30-12h15 AQUAPILATES		11h30-12h15 AQUATRaining	

12h30-13h15 AQUA GYM	12h30-13h15 AQUATRaining	12h30-13h10 AQUA BIKE	12h30-13h15 AQUA GYM	12h30-13h15 AQUATRaining
-------------------------	-----------------------------	--------------------------	-------------------------	-----------------------------

14h30-15h15 AQUA GYM

17h-30-18h15 AQUATRaining	17h-17h40 AQUABIKE	17h-30-18h15 AQUA GYM		17h-30-18h15 AQUA GYM
18h30-19h15 AQUA GYM	18h-18h45 AQUA GYM	18h30-19h10 AQUA BIKE	18h-18h45 AQUA GYM	18h30-19h15 AQUATRaining
19h30-20h10 AQUA BIKE	19h-19h45 AQUAPILATES	19h30-20h15 AQUATRaining	19h-19h40 AQUA BIKE	19h30-20h10 AQUA BIKE

FERMETURE DU CLUB A 20H30