

COURS COLLECTIFS			Semaine du 29 Juillet au 16 Aout 2024		
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 GYM	12h30-13h15 RPM		
18h-19h BODYPUMP	18h30 RPM	18h30 SHBAM	18h30-19h15 STEP INTERMEDIAIRE	17h45-18h30 ABDOS FESSIERS	18h-18h45 PILATES
				18h30-19h30 BODYPUMP	18h45-19h30 STRETCH
19h15-20h BODYCOMBAT	19h30-20h15 STRETCH	19h15-20h PILATES		19h30-20h15 RPM	

Fermeture du club à 20h30

SMALLGROUP TRAINING				
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi

10h30-11h30 YOGA				10h15-11h PILATES
18h30-19h30 YOGA				

F
E
R
M
E

AQUA			Semaine du 29 Juillet au 16 Aout 2024		
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	
12h30-13h15 AQUA GYM	12h30-13h15 AQUATRaining	12h30-13h10 AQUA BIKE	12h30-13h15 AQUA GYM		
	14h-14h45 AQUAPILATES				
17h-30-18h15 AQUATRaining	18h-18h45 AQUA TONIC	18h30-19h10 AQUA BIKE	18h-18h45 AQUA GYM	17h-30-18h15 AQUA GYM	
18h30-19h15 AQUA GYM	19h-19h45 AQUA GYM		19h-19h40 AQUA BIKE	18h30-19h15 AQUATRaining	
19h30-20h10 AQUA BIKE		19h30-20h15 AQUATRaining			

Fermeture du club à 20h30

F
E
R
M
E