

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

10H00-10H45

LES MILLS
BODYBALANCE

10H45-11H30

TRX

12H30-13H15

LES MILLS
BODYPUMP

18H00-18H45

PILATES

18H45-19H30

ABDOS CUISSES FESSIERS

19H30-20H15

 **ZUMBA**

09H00-10H00

YOGA VINYASA

10H00-10H45

ABDOS CUISSES FESSIERS

10H45-11H15

LES MILLS
GRIT

12H15-12H30

FESSIERS INTENSE

12H30-13H15

PILATES

17H30-18H00

TRX

18H00-18H45

LES MILLS
BODYPUMP

18H45-19H45

LES MILLS
BODYATTACK

19H45-20H15

STRETCHING

10H00-10H30

GYM DOUCE

10H30-11H15

PILATES

11H15-11H45

STRETCHING

12H30-13H15

CIRCUIT TRAINING

17H30-18H00

CIRCUIT TRAINING

18H00-18H45

LES MILLS
BODYBALANCE

18H45-19H45

LES MILLS
BODYPUMP

19H45-20H45

DANCEHALL

20H45-21H45

DANCEHALL AVANCÉ

10H00-11H00

YOGA VINYASA

11H00-11H45

YIN YOGA

12H15-12H30

ABDOS INTENSE

12H30-13H15

BODY SCULPT

17H30-18H00

TRX

18H00-18H45

 **ZUMBA**

18H45-19H30

LES MILLS
BODYCOMBAT

19H30-20H00

TABATA

10H00-10H45

TRX

10H45-11H15

LES MILLS
GRIT

12H30-13H15

TABATA XXL

18H00-18H30

ABDOS CUISSES FESSIERS

18H30-19H00

BODY SCULPT

19H00-19H45

PILATES

19H45-20H15

STRETCHING

10H00-11H00

LES MILLS
BODYPUMP

11H00-11H45

LES MILLS
BODYATTACK