

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

MATIN

9H30 – 10H25

Pilates

9H30 – 10H15

Cardio Training

9H30 – 11H00

Yoga

9H30 – 10H25

BodySculpt

9H30 – 10H25

Pilates

9H30 – 10H10

Cardio Training

10H30 – 11H15

LES MILLS
BODYPUMP

10H20 – 11H15

BodySculpt

10H30 – 11H15

Stretching

10H30 – 11H15

Cardio Training

10H15 – 11H00

BodySculpt

MIDI

12H15 – 12H45

Abdo Fessier

12H15 – 13H15

Yoga

12H15 – 13H00

Biking

12H15 – 13H00

Biking

12H15 – 12H45

Abdo Fessier

11H05 – 12H00

FAMILY
ZUMBA

12H45 – 13H15

LES MILLS
sprint

12H30 – 13H00

LES MILLS
sprint

12H15 – 13H15

Yoga

12H45 – 13H15

LES MILLS
sprint

12H05 – 13H00

Pilates

SOIR

18H30 – 19H00

West Training

18H30 – 19H00

Abdo Fessier

18H30 – 19H00

LES MILLS
sprint

18H30 – 19H00

TRX

18H30 – 19H00

HIIT Training

13H05 – 14H00

Yoga

18H30 – 19H25

LES MILLS
BODYPUMP

19H05 – 19H35

West Training

19H05 – 19H45

TRX

19H05 – 19H50

LES MILLS
BODYPUMP

19H00 – 20H00

West Running

19H15 – 19H45

LES MILLS
sprint

19h40 – 20H30

LES MILLS
BODYPUMP

19H30 – 20H30

West Running

19H55 – 20h40

Stretching

19H05 – 20H00

Pilates

19H30 – 20H30

Pilates

20H35 – 21H05

LES MILLS
sprint

19H50 – 20H20

HIIT Training

20H05 – 20H35

LES MILLS
sprint

20H00 – 20H45

Biking

20H35 – 21H45

Yoga

20H25 – 21H25

FAMILY
ZUMBA

20H05 – 21H30

Yoga