

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

MATIN

9H30 - 10H15

Pilates

9H30 - 10H00

Cardio Training

9H30 - 11H00

Yoga

9H30 - 10H30

BodySculpt

9H30 - 10H15

Pilates

10H15 - 11H00

LES MILLS  
BODYPUMP

10H00 - 11H00

BodySculpt

10H30 - 11H00

Stretching

10H15 - 11H00

LES MILLS  
BODYPUMP

10H15 - 11H00

BodySculpt

MIDI

12H15 - 12H45

LES MILLS  
sprint

12H15 - 13H15

Yoga

12H15 - 13H00

Biking

12H15 - 13H15

Yoga

12H15 - 12H45

Abdo Fessier

11H00 - 12H00

ZUMBA Family

12H50 - 13H20

Abdo Fessier

12H30 - 13H00

LES MILLS  
sprint

12H15 - 13H00

Biking

12H45 - 13H15

LES MILLS  
sprint

12H00 - 13H00

Pilates

SOIR

18H30 - 19H30

LES MILLS  
BODYPUMP

18H30 - 19H00

Abdo Fessier

18H30 - 19H00

LES MILLS  
sprint

18H30 - 19H00

TRX

18H30 - 19H00

HIIT Training

18H30 - 19H00

LES MILLS  
sprint

19H00 - 19H30

HIIT Training

19H15 - 19H45

TRX

19H00 - 20H00

LES MILLS  
BODYPUMP

19H00 - 20H00

Pilates

19H30 - 20H30

Pilates

19H30 - 20H30

LES MILLS  
BODYPUMP

19H45 - 20H15

HIIT Training

20H00 - 20H45

Stretching

20H00 - 21H30

Yoga

20H00 - 20H45

Biking

20H35 - 21H50 20H30 - 21H00

Yoga LES MILLS  
sprint

20H15 - 21H15

ZUMBA