

NOUVEAU

À PARTIR DU 1ER OCTOBRE 2020



Vos salles :

- Fitness
- HIIT
- Bike

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9H	CAF 9H15-10H	BODYBALANCE 9H15-10H	PILATES 9H15-10H	CAF 9H15-10H	FULL BODY 9H15-10H	HIIT 9H15-10H	PILATES 9H30-10H15
10H	BODYPUMP 10H15-11H	FULL BODY 10H15-11H	BODYBALANCE 10H15-11H	BODYPUMP 10H15-11H	STEP 1 10H15-11H	RPM 10H30-11H15	CAF 10H30-11H15
11H	STRETCHING 11H15-12H	HIIT 11H15-12H	BODYPUMP 11H15-12H	HIIT 11H15-12H	GYM DOUCE 11H15-12H	STRETCHING 11H15-12H	RPM 11H30-12H15
12H							
13H	PILATES 12H30-13H15	BODYATTACK 12H30-13H30	RPM 12H30-13H15	ZUMBA 12H30-13H15	HIIT 12H30-13H15	BODYBALANCE 12H30-13H30	RPM 12H30-13H15
14H							
15H	CAF 14H30-15H15	PILATES 14H30-15H15	CAF 14H30-15H15	FULL BODY 14H30-15H15			
16H							
17H						HIIT 16H30-17H15	
18H	HIIT 17H30-18H15	STRETCHING 17H30-18H15	BODYPUMP 17H30-18H15	FULL BODY 17H30-18H15	BODYPUMP 17H30-18H15		
19H	STEP 1 18H30-19H15	STEP 2 18H30-19H15	RPM 18H30-19H15	BODYATTACK 18H30-19H15	HIIT 18H30-19H15	CAF 18H30-19H15	BODYBALANCE 18H30-19H15
20H	RPM 19H30-20H15	RPM 19H30-20H15	AERO 19H30-20H15	HIIT 19H30-20H15	PILATES 19H30-20H15	RPM 19H30-20H15	BODYJAM 19H30-20H15
21H		URBAN DANCE 20H30-21H15	STEP 2 20H30-21H15	BODYCOMBAT 20H30-21H15	HIIT 19H30-20H15	STRETCHING 19H30-20H15	YOGA 20H30-21H30

VOS INDISPENSABLES

- MASQUE (CIRCULATION)
- CARTE DE MEMBRE
- BASKETS PROPRES
- SERVIETTE
- BOUTEILLE D'EAU

NOUVEAU

À PARTIR DU 1ER OCTOBRE 2020



Votre salle :

 Aquatique

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9H	AQUA GYM 9H15-10H	AQUA BIKING 9H15-10H	AQUA GYM 9H15-10H	AQUA BIKING 9H15-10H	AQUA BIKING 9H15-10H		
10H	AQUA BIKING 10H15-11H	AQUA GYM 10H15-10H45	AQUA BIKING 10H15-11H	AQUA BIKING 10H15-11H	AQUA GYM 10H15-11H	AQUA GYM 10H15-11H	AQUA BIKING 10H15-11H
11H						AQUA BIKING 11H15-12H	AQUA GYM 11H15-12H
12H							
13H	AQUA BIKING 12H30 - 13H15	AQUA BIKING 12H30 - 13H15	AQUA BIKING 12H30 - 13H15	AQUA BIKING 12H30 - 13H15	AQUA GYM 12H30 - 13H15		
14H							
15H		AQUA BIKING 14H30-15H15		AQUA BIKING 14H30-15H15			
16H							
17H			AQUA DYNAMIC 17H-17H45		AQUA BIKING 16H30-17H15		
18H	AQUA BIKING 18H-18H45		AQUA BIKING 18H-18H45	AQUA GYM 18H-18H45	AQUA BIKING 17H30-18H15		
19H	AQUA BIKING 19H-19H45	AQUA BIKING 19H-19H45	AQUA BIKING 19H-19H45	AQUA BIKING 19H-19H45	AQUA GYM 18H30-19H15		
20H	AQUA BIKING 20H-20H45	AQUA GYM 20H-20H45		AQUA BIKING 20H-20H45			
21H							

VOS INDISPENSABLES

MASQUE (CIRCULATION)

MAILLOT DE BAIN

SERVIETTE