

# Fitness été 2021

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

Dimanche

10h15 

circuit **training**

11h15 

**pilates**

10h15 

**caf**

11h15 

**Body sculpt**

10h15 

**Body sculpt**

11h15 

**caf**

10h15 

**LES MILLS**  
**BODYBALANCE**

11h15 

**LES MILLS**  
**BODYPUMP**

10h15 

**stretching**

11h15 

**LES MILLS**  
**RPM**

10h15 

**LES MILLS**  
**RPM**

11h15 

**stretching**

18h00 

**caf**

19h00 

**LES MILLS**  
**RPM**

18h00 

**hiit**

19h00 

**LES MILLS**  
**BODYBALANCE**

18h00 

**LES MILLS**  
**RPM**

19h00 

**Full Body**

18h00 

**caf**

19h00 

**step**

18h00 

**circ. training**

19h00 

**ZUMBA**



intensités

COOL TONIC BOOST XTREM



activités **Premium**  
sur réservation  
sur [aquastade.fr](http://aquastade.fr)