

Fitness à partir du 30/01/23

Lundi

09h30 ⁽⁴⁵⁾

caf

10h30 ⁽⁴⁵⁾

circ. training

12h30 ⁽⁴⁵⁾

stretching

18h00 ⁽⁴⁵⁾

circ. training

19h00 ⁽⁴⁵⁾

LES MILLS
BODYCOMBAT

20h00 ⁽⁴⁵⁾

LES MILLS
RPM

Mardi

09h30 ⁽⁴⁵⁾

Bodysculpt

10h30 ⁽⁴⁵⁾

yoga

12h30 ⁽⁴⁵⁾

pilates

18h00 ⁽⁴⁵⁾

LES MILLS
BODYPUMP

19h00 ⁽⁴⁵⁾

step

20h00 ⁽⁴⁵⁾

hiit

Mercredi

09h30 ⁽⁴⁵⁾

pilates

10h30 ⁽⁴⁵⁾

caf

12h30 ⁽⁴⁵⁾

Biking

18h00 ⁽⁴⁵⁾

LES MILLS
RPM

19h00 ⁽⁴⁵⁾

Bodysculpt

20h00 ⁽⁴⁵⁾

yoga

Jeudi

09h15 ⁽⁴⁵⁾

LES MILLS
BODYPUMP

10h15 ⁽⁴⁵⁾

LES MILLS
RPM

11h15 ⁽⁴⁵⁾

LES MILLS
BODYBALANCE

18h00 ⁽⁴⁵⁾

LES MILLS
BODYATTACK

19h00 ⁽⁴⁵⁾

ZUMBA

20h00 ⁽⁴⁵⁾

LES MILLS
BODYBALANCE

Vendredi

09h30 ⁽⁴⁵⁾

yoga

10h30 ⁽⁴⁵⁾

circuit training

12h30 ⁽⁴⁵⁾

caf

2

1

step

ZUMBA

Samedi

10h15 ⁽⁴⁵⁾

LES MILLS
RPM

11h15 ⁽⁴⁵⁾

step

ZUMBA

12h15 ⁽⁴⁵⁾

stretching

1

[Semaine Paire](#)

2

[Semaine Impaire](#)

Dimanche

10h00 ⁽⁴⁵⁾

danse

11h00 ⁽⁴⁵⁾

danse

1 semaine sur 2

