

PLANNING D'ÉTÉ DU LUNDI 1^{ER} AOÛT AU DIMANCHE 28 AOÛT

	MATIN			MIDI			APRÈS-MIDI			SOIR							
	6h30	7h	8h	9h	10h	11h	12h	13h	14h	15h	16h	17h	18h	19h	20h	21h	22h
Lundi 6h30-22h			Bodypump* 08h15 (45')	Yoga Anti-stress 09h15 (45')	Bodysculpt 10h15 (45')		Abdos 12h00 (30')	Bodypump* 12h45 (45')				Boxing* 16h30 (45')	HIIT 17h30 (45')	Bodypump* 18h30 (45')	Stretching 19h30 (45')		
								Sprint * 12h30 (30')						RPM * 18h30 (45')	Sprint * 19h30 (30')		
Mardi 6h30-22h		Cross Training 07h00 (45')		Pilates 09h15 (45')			HIIT 12h00 (30')	bodyART 12h45 (60')				Yoga Energie 16h30 (45')	Bodypump* 17h30 (45')	Bodycombat 18h30 (45')	Bodybalance 19h30 (45')	Pole Dance * 20h30 (45')	
								RPM * 12h30 (45')						Sprint * 18h30 (30')	RPM * 19h30 (45')		
Mercredi 6h30-22h				Bodypump* 09h15 (45')	Gym Soft 10h15 (45')		Abdos 12h00 (30')	Bodybalance 12h45 (45')				Cross Training* 16h30 (45')	Pole Dance* 17h30 (45')	Bodypump* 18h30 (45')	Boxing * 19h30 (45')		
								RPM * 12h30 (45')						RPM * 18h30 (45')	Sprint * 19h30 (30')		
Jeudi 6h30-22h		Bodypump* 07h00 (45')		Bodysculpt 09h15 (45')	Yoga Anti-stress 10h15 (60')		HIIT 12h00 (30')	Boxing * 12h45 (45')				Pilates 16h30 (45')	C.A.F. 17h30 (45')	bodyART 18h30 (45')	Cross Training* 19h30 (45')		
								RPM * 12h30 (45')						Sprint * 18h30 (30')			
Vendredi 6h30-22h			Pilates 08h15 (45')	Bodybalance 09h15 (45')	Bodypump* 10h15 (45')		Abdos 12h00 (30')	Yoga Energie 12h45 (60')					Cross Training* 17h30 (45')	Pole Dance * 18h30 (45')	BodyBalance 19h30 (45')		
								Sprint * 12h30 (30')						RPM * 18h30 (45')			
Samedi 9h-17h				Bodypump* 09h15 (45')	Bodysculpt 10h15 (45')	Pilates 11h15 (45')											
					RPM * 10h15 (45')												
Dimanche 9h-17h				Pilates 09h15 (45')	Bodypump* 10h15 (45')	Gym Soft 11h15 (45')	Boxing* 12h15 (45')										
						RPM * 11h15 (45')											

En août, votre fitness sera ouvert

- De 9H à 17H les samedis 6, 13, 20 et 27 août
 - De 9H à 17h les dimanches 7, 14, 21 et 28 août.
- Fermeture exceptionnelle le lundi 1^{er} août.**



* Cours sur réservation