

PLANNING COURS COLLECTIFS

ÉTÉ DU 04/07 AU 28/08

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE														
9h30 - 10h30 renforcement & stretch	9h30 - 10h15 abdos & stretch		9h30 - 10h15 LES MILLS RPM	9h30 - 10h30 LES MILLS BODYBALANCE	10h00 - 11h00 LES MILLS BODYPUMP	10H00 - 11H00 CAF / CUISSES ABDOS FESSIERS														
12h30 - 13h15 LES MILLS BODYPUMP	12h30 - 13h15 functional training	12h30 - 13h15 LES MILLS RPM	12h30 - 13h15 CAF / CUISSES ABDOS FESSIERS	10h30 - 11h15 TRX	11h00 - 11h45 LES MILLS BODYCOMBAT	11h00 - 12H00 LES MILLS BODYATTACK														
14h30 abdos +	14H30 LES MILLS BODYPUMP	14H30 LES MILLS BODYBALANCE	14H30 LES MILLS BODYCOMBAT	14H30 CAF / CUISSES ABDOS FESSIERS	14h00 - 15h00 LES MILLS BODYBALANCE	14H30 HIIT														
17h30 - 18h15 LES MILLS RPM					15h30 - 16h15 LES MILLS RPM															
17h30 - 18h15 TRX	18h00 - 18h45 LES MILLS BODYBALANCE	18h00 - 18h45 CAF / CUISSES ABDOS FESSIERS	17h30 - 18h15 flexibilité & mobilité	17h30 - 18h15 BOXING	HORAIRES D'OUVERTURE <table><tr><td>LUNDI :</td><td>7H30 À 22H00</td></tr><tr><td>MARDI :</td><td>7H30 À 22H00</td></tr><tr><td>MERCREDI :</td><td>10H00 À 22H00</td></tr><tr><td>JEUDI :</td><td>7H30 À 22H00</td></tr><tr><td>VENDREDI :</td><td>7H30 À 22H00</td></tr><tr><td>SAMEDI :</td><td>9H00 À 18H00</td></tr><tr><td>DIMANCHE :</td><td>9H00 À 16H00</td></tr></table>		LUNDI :	7H30 À 22H00	MARDI :	7H30 À 22H00	MERCREDI :	10H00 À 22H00	JEUDI :	7H30 À 22H00	VENDREDI :	7H30 À 22H00	SAMEDI :	9H00 À 18H00	DIMANCHE :	9H00 À 16H00
LUNDI :	7H30 À 22H00																			
MARDI :	7H30 À 22H00																			
MERCREDI :	10H00 À 22H00																			
JEUDI :	7H30 À 22H00																			
VENDREDI :	7H30 À 22H00																			
SAMEDI :	9H00 À 18H00																			
DIMANCHE :	9H00 À 16H00																			
18h30 - 19h00 abdos +	18h30 - 19h15 LES MILLS RPM	19h00 - 19h45 TRX FUSION	18h15 - 19h00 functional training	18h30 - 19h15 LES MILLS BODYPUMP																
19h00 - 19h45 BOXING	19h00 - 20h00 LES MILLS BODYCOMBAT		19h00 - 20h00 LES MILLS BODYATTACK																	
19h45 - 20h45 LES MILLS BODYBALANCE	20h00 - 20h45 TRX	20h00 - 20h45 BOXING	19h30 - 20h15 LES MILLS RPM	19h00 - 19h45 LES MILLS RPM																