



| LUNDI  | MARDI  | MERCREDI  | JEUDI   | VENDREDI  | SAMEDI  | DIMANCHE   |
|--|--|---|---|---|---|--|
| <p>9h30 - 10h30</p> <p>renforcement &amp; stretch</p>  | <p>9h30 - 10h15</p> <p>abdos &amp; stretch</p>   |   | <p>9h30 - 10h15</p> <p>LES MILLS RPM</p>  | <p>9h30 - 10h30</p> <p>LES MILLS BODYBALANCE</p> <p>10h30 - 11h15</p> <p>TRX</p>  | <p>10h00 - 11h00</p> <p>LES MILLS BODYPUMP</p> <p>11h00 - 11h45</p> <p>LES MILLS BODYCOMBAT</p>                             | <p>10H00 - 10H45</p> <p>CAF   CUISSES ABDOS FESSIERS</p> <p>11h00 - 11h45</p> <p>LES MILLS RPM</p> |
| <p>12h30 - 13h15</p> <p>LES MILLS BODYPUMP</p>   | <p>12h30 - 13h15</p> <p>functional training</p>  | <p>12h30 - 13h15</p> <p>LES MILLS RPM</p>   | <p>12h30 - 13h15</p> <p>CAF   CUISSES ABDOS FESSIERS</p>  | <p>12h30 - 13h15</p> <p>BOXING</p>  | <p>13h00 - 13h45</p> <p>TRX</p> <p>14h00 - 15h00</p> <p>LES MILLS BODYBALANCE</p> <p>15h30 - 16h15</p> <p>LES MILLS RPM</p> |  |
| <p>17h30 - 18h15</p> <p>TRX</p> <p>17h30 - 18h15</p> <p>LES MILLS RPM</p> <p>18h30 - 19h00</p> <p>abdos +</p> <p>19h00 - 19h45</p> <p>BOXING</p> <p>19h45 - 20h45</p> <p>LES MILLS BODYBALANCE</p> | <p>18h00 - 18h45</p> <p>LES MILLS BODYBALANCE</p> <p>18h30 - 19h15</p> <p>LES MILLS RPM</p> <p>19h00 - 20h00</p> <p>LES MILLS BODYCOMBAT</p> | <p>18h00 - 18h45</p> <p>CAF   CUISSES ABDOS FESSIERS</p> <p>19h00 - 19h45</p> <p>ZUMBA</p> <p>20h00 - 20h45</p> <p>BOXING</p> | <p>18h00 - 18h30</p> <p>abdos +</p> <p>18h30 - 19h15</p> <p>functional training</p> <p>19h00 - 19h45</p> <p>LES MILLS RPM</p> | <p>17h00 - 17h45</p> <p>BOXING</p> <p>18h00 - 18h45</p> <p>LES MILLS BODYPUMP</p> <p>18h30 - 19h15</p> <p>LES MILLS RPM</p> |   |  |

## HORAIRES D'OUVERTURE

|            |               |
|------------|---------------|
| 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  |