

PLANNING COURS COLLECTIFS 2026

À PARTIR DU 31/08/26

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9h30 - 10h15 renforcement 10h30 - 11h15 renforcement	9h30 - 10h15 LES MILLS PILATES 10h30 - 11h15 LES MILLS PILATES	9h30 - 10h15 LES MILLS RPM 11h00 - 11h45 Stretching	9h30 - 10h15 CAF / CUISSSES ABDOS FESSIERS	9h30 - 10h30 LES MILLS BODYBALANCE 10h30 - 11h30 LES MILLS BODYBALANCE	10h00 - 11h00 LES MILLS BODYPUMP HEAVY 11h00 - 12h00 LES MILLS BODYCOMBAT	9h15 - 10h00 CAF / CUISSSES ABDOS FESSIERS 10h00 - 10h45 CAF / CUISSSES ABDOS FESSIERS 11h00 - 11h45 LES MILLS RPM
12h30 - 13h15 LES MILLS BODYPUMP HEAVY	12h30 - 13h15 FUNCTIONAL training	12h30 - 13h15 LES MILLS RPM	12h30 - 13h15 CAF / CUISSSES ABDOS FESSIERS	12h30 - 13h15 LES MILLS PILATES	13h15 - 14h15 LES MILLS BODYBALANCE 14h15 - 15h15 LES MILLS BODYBALANCE 15h30 - 16h15 LES MILLS RPM	
17h30 - 18h15 LES MILLS RPM 18h30 - 19h15 LES MILLS PILATES 19h15 - 20h00 LES MILLS BODYCOMBAT	18h00 - 18h45 LES MILLS BODYBALANCE 19h00 - 20h00 FUNCTIONAL training	17h30 - 18h15 CAF / CUISSSES ABDOS FESSIERS 18h30 - 19h15 LES MILLS BODYPUMP 19h30 - 20h15 LES MILLS PILATES	18h00 - 18h30 abdos+ 18h30 - 19h15 LES MILLS BODYBALANCE 19h30 - 20h15 LES MILLS RPM	17h30 - 18h15 CAF / CUISSSES ABDOS FESSIERS 18h30 - 19h15 LES MILLS RPM	HORAIRES D'OUVERTURE LUNDI : 7H30 À 22H00 MARDI : 7H30 À 22H00 MERCREDI : 7H30 À 22H00 JEUDI : 7H30 À 22H00 VENDREDI : 7H30 À 22H00 SAMEDI : 9H00 À 18H00 DIMANCHE : 9H00 À 16H00	

