



Lundi 8 h / 21h

Mardi 9 h / 21h

Mercredi 16 h / 21h

Jeudi 8 h / 21h

Vendredi 9 h / 21h

Samedi 9 h / 12 h

8 h 15

LES MILLS
RPM

9 h 30

LES MILLS
BODYPUMP

10 h 15

STRETCHING

18 h

CAF
CUISSSES ABDOS FESSIERS

18 h 30

CROSS
TRAINING
Boxing

18 h 45

LES MILLS
RPM

19 h 30

Hiit

9 h 30

CORE
ABDOS FESSIERS

10 h 15

BALANCE

12 h 30

**CIRCUIT
TRAINING**

18 h 30

LES MILLS
BODYPUMP

18 h 30

Postural Ball

19 h 30

LES MILLS
sprint

19 h 30

YOGA
VINYASA

18 h 15

YOGA FIT

19 h 30

YIN YOGA

19 h 15

Hiit

8 h 15

LES MILLS
sprint

12 h 30

LES MILLS
BODYPUMP

18 h

ZUMBA

19 h

Hiit

19 h 30

LES MILLS
sprint

20 h

Boxe

10 h

YOGA

18 h

LES MILLS
RPM

9 h

LES MILLS
sprint

10 h

Spécial
ABDOS

VACANCES
Fermeture annuelle
du 21 au 31/08 inclus

