

COURS COLLECTIFS			Semaine du 14 au 27 Juillet 2025		
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi

9h30-10h15 GYM	9h30-10h15 PILATES	9h30-10h15 BODYPUMP	9h30-10h15 STRETCH	9h30-10h15 ABDOS FESSIERS	9h30-10h15 RPM
		10h30-11h15 RPM			10h30-11h15 BODYPUMP
					11h15-11h45 STRETCH

12h30-13h15 GYM	12h30-13h15 BODYPUMP	12h30-13h15 GYM	12h30-13h15 RPM	12h30-13h15 BODYCOMBAT
--------------------	-------------------------	--------------------	--------------------	---------------------------

18h-19h BODYPUMP	17h45-18h30 ABDOS FESSIERS		17h45-18h30 GYM		18h-18h45 PILATES
	18h30 RPM	18h30 LesMills DANCE	18h30-19h15 STEP INTERMEDIAIRE	18h30-19h30 BODYPUMP	18h45-19h30 STRETCH
19h15-20h BODYCOMBAT	19h30-20h15 STRETCH		19h15-20h PILATES	19h30 – 20h15 RPM	

Fermeture du Club à 20h30

SMALLGROUP TRAINING				
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi

10h30-11h30 YOGA				10h15-11h PILATES
---------------------	--	--	--	----------------------

18h30-19h30 YOGA

AQUA			Semaine du 14 au 27 Juillet 2025		
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi

					9h-9h45 AQUATRaining
9h30-10h15 AQUA GYM	9h30-10h15 AQUA GYM	9h30-10h15 AQUAGYM	9h30-10h15 AQUAPILATES	9h30-10h15 AQUA GYM	10h-10h40 AQUA BIKE
10h30-11h15 AQUATRaining	10h30-11h15 AQUA GYM		10h30-11h15 AQUAGYM	10h30-11h10 AQUA BIKE	
11h30-12h10 AQUABIKE		11h30-12h15 AQUAPILATES		11h30-12h15 AQUATRaining	

12h30-13h15 AQUA GYM	12h30-13h15 AQUATRaining	12h30-13h10 AQUA BIKE	12h30-13h15 AQUA GYM	12h30-13h15 AQUATRaining
-------------------------	-----------------------------	--------------------------	-------------------------	-----------------------------

14h30-15h15 AQUAGYM

17h-30-18h15 AQUATRaining	17h-17h40 AQUABIKE	17h-30-18h15 AQUA GYM		17h-30-18h15 AQUA GYM
18h30-19h15 AQUA GYM	18h-18h45 AQUA GYM	18h30-19h10 AQUA BIKE	18h-18h45 AQUA GYM	18h30-19h15 AQUATRaining
19h30-20h10 AQUA BIKE	19h-19h45 AQUAPILATES	19h30-20h15 AQUATRaining	19h-19h40 AQUA BIKE	19h30-20h10 AQUA BIKE

Fermeture du Club à 20h30

Fermeture du Club à 13h