





PLANNING COURS COLLECTIFS

| LUNDI | | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENREDI | SAMEDI |
|--|--|--|---|---|--|--|
| | | 10h00 LES MILLS BODYPUMP 45' | | 10h00 <i>Body Sculpt</i> 45' | | 10h00  45' |
| | | 10h45 LES MILLS BODYBALANCE 45' | | 10h45 <i>Gym Zen</i> 45' | | 10h45  45' |
| | | | | | | 11h30 <i>C.A.F.</i> 30' |
| | | 12h15 <i>Renfo</i> 30' | | | 12h15 <i>C.A.F.</i> 30' | |
| 12h30 <i>100% Abdos</i> | | 12h30 <i>Pilates</i> 45' | 12h30 <i>Renfo + Stretching</i> 60' | 12h30 <i>No Contact</i> 45' | 12h30 LES MILLS BODYBALANCE 45' | |
| 12h45 <i>C.A.F.</i> 45' | 12h45  45' | | | | 12h45 <i>STEP</i> 45' | |
| | | | | | | |
| | | | | | 18h00 <i>Cross Training</i> 45' | |
| 18h15 <i>Cross Training</i> 60' | 18h15 LES MILLS BODYBALANCE 60' | 18h15 <i>No Contact</i> 45' | 18h30 <i>#IT'Boxing</i> 45' | 18h15 LES MILLS BODYPUMP 60' | 18h30 <i>Pilates</i> 45' | |
| 19h15  45' | 19h00 LES MILLS BODYPUMP 45' | | 19h15 <i>Boxe Anglaise</i> <i>Boxe Française</i> 45' | 19h15 LES MILLS BODYATTACK 60' | | |
| 20h00 <i>Boxe Française</i> 45' | 19h45 LES MILLS BODYATTACK 45' | | 20h00 <i>Cross Boxing</i> 45' | | 19h45 <i>#IT'Boxing</i> 45' | |
| | | | | | | |