

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi
10H00 / 11H00 CARDIO TRAINING	10H00 / 10H45 RENFO. MUSCULAIRE	10H30 / 11H30  BIKE	10H30 / 11H30  PILATES	10H30 / 11H30 RENFO. MUSCULAIRE	10H00 / 11H00 CROSS TRAINING
12H30 / 13H00 CAF	10H45 / 11H00  STRETCHING	12H00 / 13H00 CIRCUIT FORCE 	12H00 / 13H00 CIRCUIT CARDIO	12H00 / 13H00  BIKE	11H00 / 12H00 SPORT FAMILY*
13H00 / 13H30  PILATES	12H30 / 13H30  BIKE				
18H30 / 19H30  HIIT FITNESS	18H30 / 19H30 CARDIO TRAINING  BIKE	18H30 / 19H30 LIA/STEP	18H30 / 19H30  HIIT FITNESS	18H30 / 19H00 CAF	10H30 / 11H30  PILATES
19H30 / 20H30 CAF	19H30 / 20H15 CAF	19H30 / 20H30  ZUMBA	19H30 / 20H30  BIKE	19H00 / 20H00  HIIT FITNESS	11H30 / 12H30  HIIT FITNESS
	20H15 / 20H30  STRETCHING	20H30 / 21H15 BODY BARRE 	20H30 / 21H30 BOXE LOISIR 	20H00 / 20H30 RELAXATION 	
		21H15 / 21H30  STRETCHING		20H30 / 21H30  DJEMBEL	

dimanche

Lundi à Vendredi
9H00 - 22H00

Week-end
et jours fériés
9H00 - 18H00

retrouvez le planning
sur l'appli

