

















lundi		mardi		mercredi	jeudi		vendredi
Salle de cours	Biking	Salle de cours	Biking	Salle de cours	Salle de cours	Biking	Salle de cours
10H00 / 10H30 RÉVEIL MUSCULAIRE		10H00 / 10H30 CAF		 10H00 / 11H00 PILATES	10H00 / 10H30 RÉVEIL MUSCULAIRE		10H00 / 10H30 RÉVEIL MUSCULAIRE
10H30 / 11H00 CAF		10H30 / 11H00 STRETCHING		12H30 / 13H30  ZUMBA fitness	10H30 / 11H00 CAF		10H30 / 11H00 BODYSOFT
12H30 / 13H00 CIRCUIT TRAINING		 12H30 / 13H30 PILATES		18H00 / 18H30 CAF	13H00 / 13H30 FULL ABDOS	12H30  13H00	12H30 / 13H00 CIRCUIT TRAINING
13H00 / 13H30 ABDOS FESSIERS		18H00 / 18H30 FULL ABDOS		18H30 / 19H00 WOD	18H00 / 18H30 ABDOS FESSIERS		13H00 / 13H30 ABDOS FESSIERS
18H00 / 18H30 CAF		18H30 / 19H30 BODYSOFT		19H00 / 20H00 MAGIC PUMP	18H30 / 19H30 CIRCUIT TRAINING		18H00 / 19H00 CIRCUIT TRAINING
 18H30 / 19H30 HATHA YOGA	18H30  19H15	19H30 / 20H30 BOOTCAMP	19H30  20H15	20H00 / 21H30 FIT BOXING	19H30 / 20H30 MAGIC PUMP		 19H00 / 20H00 PILATES
19H30 / 20H15 CROSS TRAINING		 20H30 / 21H30 YOGA THERAPY	*Sport Family, dès 6 ans et GRATUIT pour les enfants.		20H30 / 21H30  ZUMBA fitness	20H30  21H15	 20H00 / 21H30 KIZOMBA
20H15 / 21H15 MAGIC PUMP							

samedi dimanche

Salle de cours	Biking	Salle de cours
10H00 / 11H00 SPORT FAMILY*		 10H00 / 11H00 PILATES
11H00  11H45 HIT FITNESS		11H00 / 11H30 CAF
11H45 / 12H30 CARDIO BOXE	13H00  13H45	11H30 / 12H30 BODYSOFT
12H30 / 13H30  ZUMBA fitness		



sur l'appli
retrouvez le planning

ouvert 7j/7

Du Lundi au Vendredi :
9H00 - 22H00
Samedi, Dimanche
et Jours Fériés : 9H00 - 18H00