



lundi

10H30 / 11H30



BODYSULPT

12H30 / 13H30

CIRCUIT TRAINING

18H30 / 19H00

CAF

19H00 / 19H45

STEP

19H45 / 20H30



PILATES

mardi

18H30 / 19H00

RENFO ABDOS TAILLE

19H00 / 19H30

CUISSES FESSIERS

19H30 / 20H00

HAUT DU CORPS

20H00 / 20H30



STRETCHING

mercredi

10H30 / 11H30



PILATES

12H30 / 13H15



BIKE

13H15 / 13H30

FLASH STRETCHING



**Lundi à Vendredi
9H00 - 22H00**

**Samedi
et jours fériés
9H00 - 18H00**

**Dimanche
9H00 - 14H00**

jeudi

18H30 / 19H30

CIRCUIT TRAINING

19H30 / 20H30

BOXE

vendredi

18H15 / 18H30

SPÉCIAL ABDOS

18H30 / 19H30



MAGIC PUMP

19H30 / 20H30

LIA

samedi

10H00 / 11H00

GYM DOUCE

11H00 / 12H00



HIIT FITNESS

12H00 / 12H15



STRETCHING

dimanche

10H00 / 10H30

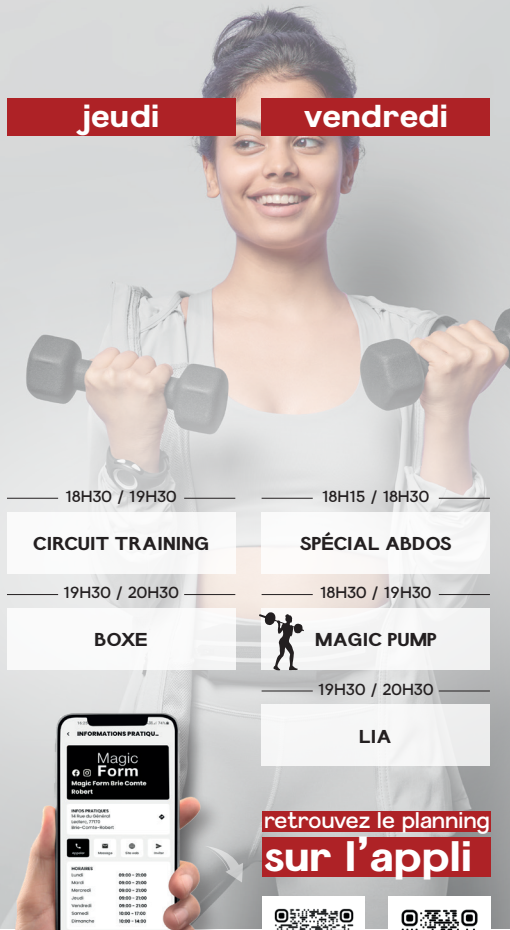
RÉVEIL MUSCULAIRE

10H30 / 11H15

WOD

11H15 / 11H45

ABDOS FESSIERS



retrouvez le planning
sur l'appli



OUVERT 7J/7